

Papel do enfermeiro na atenção à saúde da mulher climatérica

The role of nurses in caring for climacteric women's health

El papel del enfermero en la atención a la salud de la mujer climatérica

DOI:10.34119/bjhrv7n9-498

Submitted: Nov 29th, 2024

Approved: Dec 20th, 2024

Nádia Barboza Santana de Almeida

Mestre em Saúde Coletiva

Instituição: Universidade Federal de Juiz de Fora

Endereço: Juiz de Fora, Minas Gerais, Brasil

E-mail: nanyzinhab@hotmai.com

RESUMO

Este estudo investiga o papel do enfermeiro na atenção à saúde da mulher climatérica, considerando o impacto físico, emocional e social dessa fase e as lacunas na formação profissional. Objetiva-se compreender como práticas de enfermagem podem promover qualidade de vida, manejo dos sintomas e suporte emocional. Utilizou-se revisão de literatura de publicações recentes, destacando o enfermeiro como agente central no cuidado integral, com práticas educativas, consultas individualizadas e suporte emocional. Observa-se que, apesar da relevância desse papel, há desafios relacionados à formação e à disponibilidade de recursos. Conclui-se que maior investimento em educação continuada e políticas públicas é essencial para fortalecer um cuidado humanizado e interdisciplinar, promovendo o bem-estar das mulheres no climatério.

Palavras-chave: climatério, enfermagem, saúde da mulher, atenção integral.

ABSTRACT

This study investigates the role of nurses in caring for climacteric women's health, considering the physical, emotional, and social impacts of this phase and gaps in professional training. The objective is to understand how nursing practices can promote quality of life, symptom management, and emotional support. A literature review of recent publications was conducted, highlighting nurses as central agents in integral care through educational practices, individualized consultations, and emotional support. It is observed that, despite the importance of this role, challenges remain related to training and resource availability. It concludes that greater investment in continuing education and public policies is essential to strengthen humanized and interdisciplinary care, promoting the well-being of climacteric women.

Keywords: climacteric, nursing, women's health, integral care.

RESUMEN

Este estudio investiga el papel de los enfermeros en la atención a la salud de las mujeres climatéricas, considerando el impacto físico, emocional y social de esta etapa y las lagunas en la formación profesional. El objetivo es comprender cómo las prácticas de enfermería pueden promover la calidad de vida, el manejo de los síntomas y el apoyo emocional. Se realizó una revisión de literatura de publicaciones recientes, destacando a los enfermeros como agentes

centrales en el cuidado integral mediante prácticas educativas, consultas individualizadas y apoyo emocional. Se observa que, a pesar de la relevancia de este papel, existen desafíos relacionados con la formación y la disponibilidad de recursos. Se concluye que una mayor inversión en educación continua y políticas públicas es esencial para fortalecer un cuidado humanizado e interdisciplinario, promoviendo el bienestar de las mujeres en el climaterio.

Palabras clave: climaterio, enfermería, salud de la mujer, atención integral.

1 INTRODUÇÃO

O climatério, conforme Carvalho *et al.* (2023), é um período marcante na vida da mulher, caracterizado pela transição da fase reprodutiva para a não reprodutiva, geralmente entre os 40 e 65 anos. Essa etapa, frequentemente associada à menopausa, traz consigo alterações físicas, psicológicas e sociais que podem impactar significativamente a qualidade de vida.

Os sintomas mais comuns, prosseguem as autoras, incluem ondas de calor, insônia, alterações de humor e mudanças no metabolismo, entre outros, exigindo atenção especial dos profissionais de saúde. Nesse contexto, o enfermeiro desempenha um papel central na promoção da saúde, no cuidado integral e no apoio às mulheres durante esse período de mudanças.

Além das questões biológicas, Kantoviski e Vargens (2010) informam que o climatério envolve aspectos emocionais e sociais que demandam abordagens holísticas. A transição para essa nova fase da vida pode despertar sentimentos de insegurança, perda e dúvidas relacionadas à feminilidade e à sexualidade. Isso requer não apenas intervenções clínicas, mas também suporte psicossocial e educacional.

A enfermagem, dizem Melo, Silva e Gioto (2019), com sua prática baseada no cuidado centrado no paciente, está bem-posicionada para abordar essas questões, oferecendo orientações, apoio e encaminhamentos que atendam às necessidades individuais de cada mulher climatérica.

O objetivo geral deste artigo é explorar o papel do enfermeiro na atenção à saúde da mulher climatérica, destacando as estratégias de cuidado que contribuem para a promoção da saúde, o manejo dos sintomas e o suporte emocional durante o climatério. Através de uma revisão da literatura, pretende-se evidenciar a importância desse profissional na assistência integral e interdisciplinar a essa população.

A relevância deste tema justifica-se pelo aumento da expectativa de vida das mulheres, que faz com que o período do climatério se estenda por mais tempo, impactando não apenas a saúde individual, mas também os sistemas de saúde pública. Nesse contexto, torna-se essencial a formação de profissionais capacitados para oferecer um cuidado de qualidade, que seja ao mesmo tempo técnico, humanizado e capaz de promover autonomia e bem-estar.

Outro aspecto que reforça a pertinência do estudo é a lacuna existente na abordagem do climatério em diversas políticas públicas e programas de saúde. Muitas mulheres ainda enfrentam barreiras para acessar informações e cuidados adequados durante essa fase, o que reforça a necessidade de discutir o papel do enfermeiro como um elo estratégico no acolhimento, na educação em saúde e na assistência preventiva.

Este artigo está estruturado em três seções principais. Primeiramente, no referencial teórico, será apresentada uma discussão inicial sobre o climatério, explicando seus principais sintomas, as terapias hormonais disponíveis e os desafios enfrentados pelas mulheres nessa fase. Em seguida, será descrita a metodologia utilizada, que se baseia em uma revisão de literatura para a coleta e análise de informações relevantes. Por fim, serão discutidos os resultados encontrados, evidenciando as contribuições do enfermeiro na atenção à saúde da mulher climatérica e apontando recomendações para práticas futuras.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

O climatério é um momento de transição natural que marca o fim do período reprodutivo da mulher. Ele é caracterizado por profundas alterações físicas e emocionais, decorrentes da redução gradual dos hormônios sexuais, como o estrogênio e a progesterona. Essas mudanças, conforme Rocha (2010), podem ocorrer de maneira silenciosa e assintomática, dificultando a percepção inicial por parte das mulheres. Para muitas, no entanto, essa fase traz desconfortos perceptíveis que impactam significativamente sua saúde e qualidade de vida.

Essas alterações, diz Freitas (2011), embora naturais, não devem ser negligenciadas, pois afetam de forma abrangente o organismo feminino. O mesmo autor observa que os folículos ovarianos, formados ainda durante a vida intrauterina, sofrem um declínio progressivo com o passar dos anos, provocando mudanças metabólicas, hormonais e físicas. O impacto dessas transformações é variado e depende de múltiplos fatores, incluindo a saúde geral da mulher e sua predisposição genética.

Vidal *et al.* (2012) descreve o climatério como um processo fisiológico e emocional que, apesar de não ser uma condição patológica, pode gerar manifestações clínicas significativas. A

individualidade de cada mulher é um fator determinante na forma como esses sintomas se apresentam, e isso ressalta a importância de um acompanhamento profissional que leve em conta as particularidades de cada paciente.

Segundo o Ministério da Saúde (2008), a maioria das mulheres experimenta algum nível de sintomatologia durante o climatério, sendo esses sintomas amplamente variáveis em intensidade e frequência. O estrogênio, um dos hormônios mais importantes para o equilíbrio do organismo feminino, desempenha um papel central nesse contexto, e sua redução está associada a mudanças tanto no bem-estar físico quanto emocional.

O corpo feminino, assim, conforme Fernandes *et al.* (2016), ainda que influenciado por ciclos biológicos ao longo da vida, não deve ser limitado a essa perspectiva no entendimento do climatério. Essa fase transcende o aspecto reprodutivo e exige um olhar integral que considere os impactos na saúde física, mental e social da mulher. A identificação e o manejo adequado dos sintomas são essenciais para promover uma vivência mais tranquila dessa transição.

Freitas (2011) destaca que o climatério traz consigo alterações significativas nos padrões hormonais, como a perda do padrão de secreção de estradiol típico da menacme, enquanto a progesterona permanece em níveis baixos. Em algumas mulheres, entretanto, o estradiol pode apresentar variações inesperadas, contribuindo para experiências únicas e, por vezes, desafiadoras durante essa fase.

É nesse cenário de complexidade que o papel dos profissionais de saúde se torna crucial. A falta de informações adequadas pode levar à subnotificação de sintomas ou ao manejo inadequado. A assistência integral, então, de acordo com Fernandes *et al.* (2018), deve ser pautada na individualização do cuidado, fornecendo às mulheres orientações claras sobre as mudanças que ocorrem no organismo e as estratégias para lidar com elas.

2.1 ALGUNS DOS SINTOMAS DO CLIMATÉRIO

Os sintomas do climatério variam amplamente entre as mulheres, tanto em intensidade quanto em frequência. Entre os mais comuns estão as irregularidades menstruais, que frequentemente representam o primeiro sinal perceptível dessa transição. Rocha (2010) aponta que a redução hormonal impacta diretamente o padrão dos ciclos menstruais, tornando-os mais imprevisíveis.

Essas irregularidades refletem o declínio funcional dos ovários, como observado por Garcia *et al.* (2013). Os ciclos anovulatórios tornam-se frequentes, marcando a transição para

a menopausa. Sangramentos irregulares ou intensos podem ser uma manifestação preocupante e requerem avaliação médica para descartar condições associadas, como miomas ou hiperplasias.

Outro sintoma marcante, dizem estas autoras, é o fogacho, uma sensação súbita de calor que frequentemente vem acompanhada de sudorese e rubor facial. Esses episódios, segundo o Ministério da Saúde (2008), podem ocorrer várias vezes ao dia, interferindo no bem-estar e na rotina das mulheres.

O fogacho, como destacam Oliveira e Couto (2023), é causado por alterações na regulação da temperatura corporal, atribuídas à ação do hipotálamo. Essa condição, além de incômoda, pode interferir no sono e aumentar a irritabilidade, afetando a qualidade de vida de forma significativa.

A irritabilidade, prosseguem estas mesmas autoras, é outro sintoma comum durante o climatério, muitas vezes decorrente da deficiência de estrogênio. Elas observam que essas alterações de humor podem variar de leves a intensas, dependendo do estado emocional e das condições de saúde prévias da mulher.

O fogacho, então, diz Rocha (2010), é um dos sintomas mais característicos e prevalentes do climatério, sendo relatado por um grande número de mulheres que atravessam essa fase de transição. Trata-se de uma sensação súbita e intensa de calor que afeta principalmente a parte superior do corpo, incluindo rosto, pescoço e tórax, muitas vezes acompanhada de sudorese e rubor facial.

Esses episódios, que variam em frequência e duração, são causados pela diminuição dos níveis de estrogênio, o que afeta diretamente a capacidade do hipotálamo — a região do cérebro responsável pela regulação da temperatura corporal — de manter o equilíbrio térmico (Rocha, 2010).

A intensidade e a frequência dos fogachos variam entre as mulheres. Algumas relatam episódios leves e esporádicos, enquanto outras podem experimentar crises intensas várias vezes ao dia, prejudicando significativamente suas atividades diárias e o sono. Quando ocorrem à noite, os fogachos podem levar a suores noturnos, interferindo na qualidade do descanso e causando fadiga, irritabilidade e queda no desempenho geral. Esses efeitos em cadeia ressaltam a importância de estratégias para manejar esse sintoma (Kantoviski; Vargens, 2010).

O impacto emocional dos fogachos também é significativo. Para muitas mulheres, a imprevisibilidade desses episódios gera ansiedade e desconforto em situações sociais ou profissionais. Além disso, os suores excessivos podem levar ao constrangimento, aumentando o estresse e afetando a autoestima. Essa combinação de efeitos físicos e emocionais faz com

que o manejo do fogacho seja uma prioridade no cuidado integral da mulher durante o climatério (Rocha, 2010).

Outro efeito frequentemente relatado é a secura vaginal, causada pela redução da lubrificação natural e pela perda de elasticidade do tecido vaginal. Rocha (2010) destaca que essas mudanças podem causar desconforto durante o ato sexual e aumentar a propensão a infecções, exigindo manejo adequado.

Conforme Cardoso *et al.* (2023), como o estrogênio é fundamental para manter a saúde e a elasticidade do tecido vaginal, sua diminuição pode resultar em alterações significativas na mucosa vaginal, incluindo a perda de hidratação e lubrificação natural. Assim, durante o climatério, a queda nos níveis de estrogênio afeta diretamente a camada epitelial da vagina, que se torna mais fina, menos elástica e menos vascularizada. Essas mudanças comprometem a capacidade da mucosa vaginal de produzir secreções que mantêm a lubrificação e o equilíbrio do ambiente vaginal. Além disso, a alteração no pH vaginal, que tende a se tornar menos ácido, pode contribuir para a sensação de desconforto e aumentar a vulnerabilidade a infecções.

A secura vaginal pode causar uma série de desconfortos, como coceira, irritação, sensação de queimação e dor durante as relações sexuais, condição chamada dispareunia. Esses sintomas não apenas afetam o bem-estar físico da mulher, mas também podem gerar impactos psicológicos e emocionais, como redução da autoestima, dificuldade em manter relações íntimas e aumento do estresse ou ansiedade (Silva *et al.*, 2003).

Embora a secura vaginal seja um sintoma comum no climatério, sua gravidade pode variar de mulher para mulher, dizem Silva *et al.* (2003). Fatores como tabagismo, estresse, alimentação inadequada, certas condições médicas e até o uso de alguns medicamentos podem agravar o problema. Além disso, a predisposição genética e o histórico de saúde também desempenham um papel importante na intensidade e na frequência dos sintomas.

Para tratar a secura vaginal, existem várias opções terapêuticas disponíveis. Produtos tópicos, como hidratantes e lubrificantes vaginais, oferecem alívio imediato dos sintomas. Terapias hormonais, como o uso de cremes, óvulos ou anéis vaginais com estrogênio, podem ser indicadas para mulheres que não apresentem contraindicações, ajudando a restaurar a elasticidade e a hidratação vaginal. Alternativas não hormonais, como laser vaginal ou ácido hialurônico, também podem ser consideradas (Campos *et al.*, 2022).

É essencial que mulheres que enfrentam a secura vaginal, diz Freitas (2011), durante o climatério procurem orientação médica para avaliar suas condições individuais e determinar o tratamento mais adequado. Além de aliviar os sintomas, o acompanhamento profissional pode

ajudar a prevenir complicações a longo prazo, como atrofia vaginal severa, e promover uma melhor qualidade de vida durante essa fase de transição.

As alterações no sono também estão entre as queixas mais comuns. Muitas mulheres relatam dificuldades para adormecer ou manter o sono, sendo essas condições frequentemente agravadas pelos fogachos noturnos e pelas alterações emocionais que acompanham o climatério (Freitas, 2011).

Além disso, a fadiga crônica é uma consequência direta das noites mal dormidas e da intensidade dos sintomas diurnos. Essa sensação de exaustão afeta tanto a produtividade quanto o bem-estar emocional, criando um ciclo de desmotivação que pode ser difícil de romper (Oliveira; Couto, 2023).

Outro sintoma comum, mas frequentemente negligenciado, prosseguem estas mesmas autoras, é a diminuição da densidade óssea, que pode evoluir para osteopenia ou osteoporose. Essa condição é uma consequência direta da redução do estrogênio, que desempenha um papel protetor na saúde óssea.

A redução da libido, informa Freitas (2011), também é relatada por muitas mulheres, sendo um reflexo não apenas das alterações hormonais, mas também dos desconfortos físicos e emocionais que acompanham o climatério. Esse sintoma impacta significativamente a qualidade de vida e as relações afetivas.

Outros sinais incluem alterações cardiovasculares, como aumento da pressão arterial e maior predisposição a doenças cardíacas. Esses fatores reforçam a importância de um acompanhamento médico contínuo para minimizar riscos associados (Campos *et al.*, 2022).

2.2 A TERAPIA HORMONAL

A terapia hormonal (TH) é uma abordagem médica amplamente utilizada para tratar os sintomas associados à menopausa e prevenir condições decorrentes da deficiência de estrogênio, como a osteoporose.

Ainda segundo Nahas e Nahas-Neto (2019), a TH inclui diferentes hormônios, vias de administração, doses e regimes terapêuticos. Sua indicação é feita com base em uma análise individualizada dos benefícios e riscos, considerando o perfil clínico de cada mulher. Para aquelas na perimenopausa ou nos primeiros anos da pós-menopausa, a TH pode ser particularmente eficaz na redução dos sintomas vasomotores e na melhora geral da qualidade de vida, destacando-se como uma das principais intervenções nesse período de transição.

Um conceito central relacionado à terapia hormonal é a “janela de oportunidade”, que se refere ao período ideal para iniciar o tratamento. De acordo Goodman (2012), mulheres que começam a usar a TH nos primeiros 10 anos após a menopausa podem experimentar uma redução significativa nos riscos cardiovasculares e na mortalidade geral, especialmente na faixa etária entre 50 e 59 anos. Por outro lado, iniciar a TH em mulheres com mais de 10 anos de menopausa pode aumentar o risco de eventos cardiovasculares, como doenças cardíacas e acidentes vasculares cerebrais. Essa diferença reforça a necessidade de um planejamento cuidadoso e de uma abordagem personalizada no momento de prescrição da terapia hormonal.

Como já se afirmou, entre os sintomas mais comuns do climatério, os vasomotores, como ondas de calor e sudorese noturna, acometem até 80% das mulheres e estão entre as principais indicações para a TH. Estudos revisados por Nahas e Nahas-Neto (2019) demonstram que a estrogenerapia pode reduzir em até 75% a ocorrência desses sintomas e em 87% sua intensidade, quando comparada ao placebo. Além disso, a TH tem impacto significativo no tratamento da atrofia vulvovaginal, uma condição decorrente da redução de estrogênios nos tecidos da vulva e da vagina, que pode causar ressecamento, dor e desconforto. A aplicação de estrogênios tópicos vaginais é especialmente eficaz no alívio dessas manifestações, contribuindo para a saúde e bem-estar sexual das pacientes.

Outro benefício importante da TH, conforme os mesmos autores, é a prevenção da perda óssea e a redução de fraturas relacionadas à osteoporose, que representam riscos significativos para mulheres após a climatério. Eles destacam que a TH pode melhorar ou manter a densidade mineral óssea e reduzir a incidência de fraturas vertebrais e de quadril. Estudos demonstram que o uso da TH pode aumentar a densidade óssea da coluna lombar em até 6,8% e do colo do fêmur em 4,1%, com efeitos observáveis em dois anos de tratamento. Esses resultados tornam a TH uma opção valiosa para mulheres com risco elevado de osteoporose, especialmente antes dos 60 anos (Nahas; Nahas-Neto, 2019).

Embora os benefícios da terapia hormonal sejam amplos, é essencial considerar os riscos associados ao seu uso. Nahas e Nahas-Neto (2019) apontam que a TH estroprogestativa pode aumentar ligeiramente o risco de câncer de mama após três a cinco anos de uso. Outros riscos incluem o tromboembolismo venoso, com maior prevalência em mulheres mais velhas ou predispostas geneticamente. Esses riscos, no entanto, são relativamente baixos quando comparados aos benefícios que a TH oferece para mulheres saudáveis e devidamente avaliadas. Além disso, o tipo de hormônio, a dose, a via de administração e o tempo de uso são fatores que influenciam diretamente a segurança do tratamento.

Existem diferentes regimes terapêuticos disponíveis para a TH, dizem Vidal *et al.* (2012), variando entre a administração de estrogênio isolado, indicada para mulheres hysterectomizadas, e a combinação de estrogênio com progestagênio, necessária para aquelas com útero.

A combinação protege o endométrio contra os efeitos proliferativos do estrogênio, reduzindo o risco de hiperplasia e câncer endometrial. Segundo Nahas e Nahas-Neto (2019), os regimes podem ser sequenciais ou contínuos, sendo os primeiros mais indicados na transição menopausal e os segundos, na pós-menopausa. A escolha do regime deve ser feita com base no estágio da menopausa e nas necessidades individuais da paciente.

A via de administração também desempenha um papel crucial na eficácia e segurança da terapia hormonal.

Os mesmos autores explicam que a via transdérmica, como adesivos ou géis, apresenta menor risco de trombose venosa profunda em comparação à via oral, tornando-se uma opção preferencial para mulheres com histórico de obesidade ou predisposição à trombose. A terapia vaginal com estrogênios é outra alternativa eficaz, especialmente no tratamento da atrofia vulvovaginal, sendo geralmente bem tolerada e associada a uma baixa absorção sistêmica.

No contexto da saúde sexual, a TH pode proporcionar melhorias significativas ao aumentar a lubrificação vaginal, a vascularização e a elasticidade dos tecidos, o que contribui para a redução da dispareunia e o aumento da satisfação sexual. No entanto, como apontam Vidal *et al.* (2012), os efeitos da TH sobre o desejo sexual e a excitação ainda são limitados e não devem ser a única razão para sua prescrição. Em casos de disfunção sexual, outras intervenções podem ser necessárias para abordar os aspectos psicológicos e físicos envolvidos.

Além dos benefícios mencionados, a TH também pode ter um impacto positivo na redução do risco de diabetes tipo 2, especialmente devido à melhora na resistência à insulina. Goodman (2012) relata que estudos mostraram uma redução significativa na incidência de diabetes em mulheres que utilizam TH combinada ou estrogênio isolado, sugerindo um efeito protetor adicional, embora esses resultados ainda não justifiquem a prescrição da TH exclusivamente para essa finalidade.

Uma alternativa à terapia hormonal tradicional é a tibolona, um esteroide sintético com propriedades estrogênicas, progestagênicas e androgênicas. Segundo Nahas e Nahas-Neto (2019), a tibolona pode melhorar a função sexual, o humor e o bem-estar em mulheres na pós-menopausa, sem aumentar significativamente o risco de proliferação mamária. Seu perfil de segurança e eficácia torna-a uma opção interessante para mulheres que não podem ou não desejam utilizar a TH convencional.

A individualização é um princípio-chave na prescrição da TH, uma vez que a eficácia e os riscos variam amplamente entre as pacientes. Fatores como idade, tempo de pós-menopausa, histórico médico e preferências pessoais devem ser considerados para determinar a melhor abordagem. Nappi *et al.* (2016) enfatizam a importância de usar a menor dose eficaz pelo menor tempo necessário, garantindo que os benefícios superem os riscos para cada mulher.

É importante também destacar as contraindicações da TH, que incluem condições como câncer de mama, tromboembolismo venoso e doenças cardiovasculares graves. As mesmas autoras sugerem que mulheres com contraindicações sejam tratadas com alternativas não hormonais, que podem oferecer alívio para os sintomas menopausais sem os riscos associados aos hormônios.

O monitoramento contínuo durante o uso da TH é essencial para avaliar a eficácia do tratamento e identificar possíveis efeitos adversos. Nahas e Nahas-Neto (2019) reforçam que a decisão de continuar ou suspender o tratamento deve ser baseada em critérios clínicos claros e no bem-estar geral da paciente. Essa abordagem garante que os benefícios sejam maximizados e os riscos, minimizados.

A terapia vaginal com estrogênio é amplamente utilizada para tratar sintomas vulvovaginais de forma segura e eficaz. Segundo Nappi *et al.* (2016) essa abordagem oferece alívio significativo para sintomas como ressecamento vaginal e dispareunia, sem a necessidade de progestagênios adicionais para proteção endometrial. No entanto, o uso prolongado deve ser feito com cautela, especialmente na ausência de dados de segurança de longo prazo.

Nahas e Nahas-Neto (2019) concluem que a terapia hormonal é a intervenção mais eficaz para tratar os sintomas associados à falência ovariana, proporcionando benefícios que superam os riscos para a maioria das mulheres sintomáticas com menos de 60 anos ou dentro dos primeiros 10 anos após a menopausa. No entanto, o uso da TH deve ser uma decisão individualizada, baseada em uma análise criteriosa dos riscos e benefícios e acompanhada de monitoramento médico constante, garantindo assim que as mulheres desfrutem de uma melhor qualidade de vida durante o climatério.

3 METODOLOGIA

A presente pesquisa adota uma abordagem qualitativa, cujo objetivo é compreender fenômenos a partir de seus significados e contextos, conforme destaca Minayo (2004). Esse tipo de pesquisa enfatiza a análise detalhada e interpretativa de realidades sociais, priorizando a subjetividade dos fenômenos estudados e a construção de conhecimento que não se limita à

quantificação. Trata-se, portanto, de uma estratégia que valoriza a riqueza dos dados, sendo ideal para a investigação sobre o papel do enfermeiro na atenção à saúde da mulher climatérica.

Do ponto de vista operacional, esta pesquisa configura-se como uma revisão de literatura. Segundo Minayo (2004), uma revisão de literatura é uma técnica metodológica que visa identificar, analisar e sintetizar informações disponíveis sobre um determinado tema, possibilitando uma visão ampla e fundamentada do conhecimento já existente. Esse método permite organizar as contribuições teóricas e práticas acumuladas em torno do objeto de estudo, oferecendo suporte crítico para futuras discussões e intervenções.

Os descritores utilizados para a busca de dados foram: **ENFERMAGEM AND CLIMATÉRIO AND CUIDADO**.

A escolha desses termos deve-se à necessidade de explorar intersecções específicas entre os campos da prática de enfermagem, o período do climatério e as ações de cuidado que envolvem esse contexto. O cruzamento desses descritores possibilita identificar estudos que abordem diretamente a interface entre a atuação do enfermeiro e as demandas das mulheres climatéricas, contribuindo para um entendimento mais aprofundado e específico sobre o tema.

Foram definidos critérios de inclusão e exclusão para a seleção dos materiais analisados. Os critérios de inclusão englobam publicações com recorte temporal de 2021 a 2024, que contenham nos títulos, resumos ou palavras-chave os descritores escolhidos, bem como artigos de revistas científicas, jornais, teses ou dissertações, todas pesquisas revisadas por pares.

Por outro lado, foram excluídas publicações que apresentassem apenas resumos, que fossem pagas ou sem acesso autorizado pelos autores, trabalhos que não utilizassem expressamente os descritores estabelecidos, bem como documentos publicados em congressos, monografias, capítulos de livros ou em línguas que não fossem a portuguesa. Essa seleção criteriosa visa garantir a relevância, atualidade e confiabilidade das informações analisadas.

A busca foi realizada na plataforma de bases de dados *Google Scholar*. A escolha dessa ferramenta deve-se à sua ampla abrangência e acessibilidade, características essenciais para identificar uma variedade de publicações científicas relacionadas ao tema em questão.

O *Google Scholar* é uma ferramenta de busca acadêmica que reúne uma vasta gama de materiais, incluindo artigos revisados por pares, teses, livros e outros documentos científicos. Reconhecido pela acessibilidade e abrangência global, o *Google Scholar* permite acessar conteúdos de diversas áreas do conhecimento, tornando-se uma ferramenta essencial para a identificação de publicações relevantes sobre o papel do enfermeiro no cuidado à mulher climatérica.

Em um primeiro momento, ao se cruzar os descritores, foram retornadas 289 pesquisas. Quando se aplicou os critérios de inclusão, sobretudo o referente ao arco temporal, tal número reduziu-se a 89. Foram aplicados, por fim, os critérios de exclusão e, então, o número caiu para 8 pesquisas.

As pesquisas retornadas aparecem no quadro abaixo:

Quadro 1 – Pesquisas retornadas

ANO	AUTOR(ES)	TÍTULO	PALAVRAS-CHAVE
2021	SABÓIA, B. <i>Et al.</i>	Assistência de enfermagem à mulher no climatério e menopausa: estratégia de inclusão na rotina das unidades básicas de saúde	Climatério, Menopausa, Enfermagem, Saúde da mulher.
2022	CAMPOS, P. <i>Et al.</i>	Climatério e menopausa: conhecimento e condutas de enfermeiras que atuam na Atenção Primária à Saúde	Climatério; Terapia de Reposição Hormonal; Saúde da Mulher; Cuidados de Enfermagem; Atenção Primária à Saúde.
2023	CARDOSO, L. <i>Et al.</i>	Assistência de Enfermagem e Qualidade de Vida da Mulher Climatérica	Assistência de Enfermagem e Qualidade de Vida da Mulher Climatérica
2023	CARVALHO, M. L. <i>Et al.</i>	Assistência de enfermagem às mulheres no climatério na atenção primária à saúde: revisão integrativa de literatura	Climatério; Cuidados de Enfermagem; Atenção Primária à Saúde.
2023	FERREIRA, D. <i>Et al.</i>	Climatério: papel do enfermeiro da atenção primária à saúde no cuidado e orientação da sexualidade: uma revisão integrativa de literatura	Atenção Primária à Saúde; Climatério; Papel do profissional de enfermagem; Sexualidade
2023	OLIVEIRA, F. C. COUTO, W.	Abordagem do enfermeiro na atenção primária à saúde às mulheres no climatério.	Enfermagem; Climatério; Atenção primária.
2024	COSTA, K. <i>Et al.</i>	Os cuidados de enfermagem à mulher no climatério	Climatério e menopausa, Assistência de enfermagem, Saúde da mulher.
2024	LIMA, M.	Revisão Integrativa de Literatura sobre a assistência de enfermagem à mulher no climatério	Climatério, Saúde da Mulher, Assistência de Enfermagem.

Fonte: Elaborado pela autora, 2024.

Feita a exposição dos resultados, segue-se pela sua discussão.

4 DISCUSSÕES

O artigo de Sabóia *et al.* (2021) discute a relevância do atendimento de enfermagem a mulheres no climatério e menopausa, com foco na inclusão dessa assistência nas rotinas das

Unidades Básicas de Saúde (UBS). Por meio de uma pesquisa descritiva com revisão de literatura, o estudo explora as alterações hormonais e emocionais que caracterizam essa fase, incluindo baixa libido, ondas de calor, sudorese excessiva e alterações de humor. Essas mudanças, frequentemente subestimadas, podem impactar profundamente a qualidade de vida das mulheres. O estudo revisou 30 artigos publicados entre 2015 e 2020, disponíveis em bases como LILACS, SCIELO e MEDLINE, ressaltando a necessidade de conscientização social e política sobre o tema. Ainda que o climatério seja amplamente discutido em ambientes acadêmicos, o estudo destaca que muitas mulheres desconhecem os sinais, sintomas e abordagens para gerenciar esse período de transição, o que torna a assistência profissional uma prioridade.

No que diz respeito à exploração do papel do enfermeiro na atenção à saúde da mulher climatérica, este é destacado como peça-chave para o acompanhamento holístico das mulheres no climatério, integrando aspectos físicos, emocionais e sociais na assistência. A consulta de enfermagem é enfatizada como uma oportunidade crucial para identificar necessidades específicas, traçar planos de cuidado personalizados e promover intervenções educativas. Entre as estratégias sugeridas estão rodas de conversa e programas de socialização entre mulheres da mesma faixa etária, que ajudam a reduzir estigmas e a fortalecer o suporte emocional. O artigo também sugere a criação de políticas públicas que incentivem abordagens individualizadas e holísticas nas UBS, de modo a melhorar a qualidade de vida e o bem-estar das mulheres. Em suma, o papel do enfermeiro é não apenas técnico, mas também educativo e acolhedor, promovendo uma visão integral da saúde feminina.

Já o trabalho de Campos *et al.* (2022) investigam o conhecimento e as práticas de enfermeiras na Atenção Primária à Saúde (APS) sobre climatério e menopausa, revelando limitações significativas. O estudo qualitativo foi realizado com 15 enfermeiras de Pesqueira, Pernambuco, e destacou que muitas delas apresentavam um entendimento insuficiente sobre os conceitos de climatério e menopausa, assim como sobre os sintomas característicos e as terapias disponíveis, como a reposição hormonal vaginal. As práticas de atendimento eram centradas em demandas espontâneas, como exames colpocitológicos, evidenciando uma abordagem restrita e focada em procedimentos. Os resultados chamam atenção para a necessidade de educação continuada e para a reformulação das práticas de cuidado às mulheres nessa etapa de vida, buscando atender de forma mais ampla as suas necessidades.

O estudo descritivo e exploratório de Campos *et al.* (2022) utilizou uma abordagem qualitativa para compreender as práticas de enfermagem na APS. As informações foram coletadas por meio de entrevistas semiestruturadas e analisadas com o método de Bardin, que

permitiu categorizar as respostas das participantes. A amostra foi composta exclusivamente por enfermeiras de UBS, refletindo uma realidade localizada, mas representativa das condições enfrentadas por profissionais da APS em diversas regiões. A escolha metodológica possibilitou uma análise aprofundada das práticas e conhecimentos dos enfermeiros, revelando desafios estruturais, como a falta de formação específica e a limitação dos recursos disponíveis para atendimento integral às mulheres.

No que diz ao presente estudo, o trabalho de Campos *et al.* (2022) evidencia que o papel do enfermeiro no cuidado às mulheres climatéricas ainda é subaproveitado devido a lacunas na formação e à sobrecarga de trabalho. No entanto, destaca-se o potencial desses profissionais em promover a saúde integral por meio de ações educativas e preventivas, como palestras e grupos de apoio.

Campos *et al.* (2022) enfatizam a importância de uma abordagem holística, que vá além dos exames de rotina, abordando questões emocionais, sociais e sexuais. A formação continuada é apontada como um elemento-chave para capacitar os enfermeiros a oferecerem intervenções mais qualificadas e baseadas em evidências. O artigo conclui que, com mais preparo e recursos, os enfermeiros podem desempenhar um papel transformador, promovendo qualidade de vida e bem-estar para mulheres nessa etapa de vida.

O estudo de Cardoso *et al.* (2023) busca compreender como a assistência de enfermagem pode influenciar positivamente a qualidade de vida de mulheres no climatério. Baseando-se em uma revisão bibliográfica, o artigo aborda os desafios enfrentados pelas mulheres, como sintomas físicos, emocionais e sociais, e destaca a importância da educação em saúde para superar essas adversidades.

O trabalho de Cardoso *et al.* (2023) revela que a atuação dos enfermeiros nesse contexto vai além do cuidado clínico, englobando atividades de conscientização e promoção do autocuidado. A pesquisa também identifica lacunas na formação dos profissionais, sugerindo a necessidade de maior investimento em capacitação e atualização.

Quanto à temática do papel do enfermeiro na atenção à saúde da mulher climatérica, o artigo destaca que o enfermeiro é um agente central na promoção da saúde e bem-estar das mulheres no climatério. Além de fornecer orientações sobre sintomas e tratamentos, os profissionais podem atuar como facilitadores do autocuidado, empoderando as pacientes a adotarem hábitos saudáveis. Entre as estratégias de cuidado, destacam-se o uso de consultas para esclarecer dúvidas e a promoção de práticas de autocuidado por meio de intervenções educativas. A abordagem humanizada, que considera as necessidades individuais de cada paciente, é essencial para fortalecer o vínculo entre enfermeiros e mulheres, criando um

ambiente de confiança e apoio mútuo. O estudo conclui que, com uma formação sólida e contínua, os enfermeiros podem desempenhar um papel decisivo na melhoria da qualidade de vida dessas mulheres.

Carvalho *et al.* (2023) apresentam uma revisão integrativa sobre a assistência de enfermagem às mulheres no climatério na Atenção Primária à Saúde (APS), analisando estudos publicados entre 2012 e 2022. O artigo destaca como o cuidado às mulheres nessa fase é frequentemente limitado ao modelo biomédico, com ênfase em exames preventivos e medicalização dos sintomas, negligenciando suas necessidades reais e específicas. A pesquisa aponta um déficit no conhecimento dos profissionais de enfermagem e reforça a urgência de investir em educação permanente para ampliar as possibilidades de cuidado.

A pesquisa destes autores também evidencia que a atuação do enfermeiro precisa ser repensada para atender às mulheres de forma integral, abordando aspectos físicos, emocionais e sociais (Carvalho *et al.*, 2023).

No que tange ao papel do enfermeiro na atenção à mulher climatérica, o artigo enfatiza que o enfermeiro tem um papel essencial, mas frequentemente subutilizado, no cuidado às mulheres no climatério. Em vez de se restringir a práticas biomédicas, como exames e prescrições, os autores sugerem que os enfermeiros devem se envolver em estratégias de promoção da saúde, que incluam intervenções educativas e suporte emocional. Entre as recomendações, destaca-se a necessidade de formação continuada, que permita aos profissionais adquirir competências para manejar os sintomas do climatério e abordar questões emocionais e sociais.

Ferreira *et al.* (2023) investigam o papel do enfermeiro na APS no cuidado e na orientação da sexualidade de mulheres no climatério. O artigo destaca como as mudanças hormonais podem afetar a vida sexual, causando sintomas como secura vaginal, diminuição da libido e desconforto nas relações. A revisão evidenciou que o enfermeiro tem um papel crucial na abordagem desses aspectos, ajudando a mulher a compreender as mudanças em seu corpo e oferecendo estratégias para minimizar os impactos negativos. Além disso, o texto ressalta a importância do acolhimento e da empatia na construção de um vínculo de confiança com as pacientes.

Quanto à temática aqui concernente, o artigo reforça que o enfermeiro desempenha um papel fundamental ao fornecer informações claras e atualizadas sobre as mudanças físicas e psicológicas do climatério. A orientação sobre práticas sexuais saudáveis e o suporte emocional são destacados como elementos essenciais para melhorar a qualidade de vida das mulheres. O vínculo de confiança estabelecido com as pacientes permite que o enfermeiro aborde questões

íntimas de forma acolhedora e sensível, promovendo a saúde sexual e o bem-estar geral. O texto conclui que uma abordagem integral, aliada a uma formação sólida, pode transformar a experiência das mulheres no climatério, minimizando seus impactos negativos.

Já Oliveira e Couto (2023) exploram os fatores que interferem na abordagem do enfermeiro às mulheres no climatério na APS, destacando desafios como a escassez de investimentos em educação e o insuficiente conhecimento técnico. O estudo enfatiza a importância da educação em saúde como estratégia central para melhorar o cuidado oferecido às mulheres nessa fase. Além disso, o artigo destaca como o climatério, embora seja uma etapa biológica, pode trazer desconfortos físicos e emocionais que exigem uma abordagem mais qualificada.

O artigo destes autores ressalta que a atuação do enfermeiro deve ir além de aspectos técnicos, envolvendo estratégias de educação em saúde e suporte emocional. A consulta de enfermagem é apresentada como um momento crucial para esclarecer dúvidas, identificar necessidades e propor intervenções personalizadas. Oliveira e Couto (2023) sugerem que, com maior investimento em formação e apoio institucional, os enfermeiros poderiam atuar de forma mais efetiva na promoção da saúde e na redução dos impactos negativos do climatério, proporcionando uma melhor qualidade de vida às mulheres.

Lima (2024) realiza uma revisão integrativa de literatura sobre a assistência de enfermagem às mulheres no climatério, destacando como o atendimento sistemático pode impactar positivamente a qualidade de vida. O estudo aborda os desafios físicos, psíquicos e sociais enfrentados pelas mulheres durante o climatério, incluindo sintomas como alterações de humor, insônia, ondas de calor e diminuição da libido. O autor enfatiza que a assistência de enfermagem deve englobar atividades de promoção, proteção e recuperação da saúde, focando em estratégias que estimulem o autocuidado e a valorização da mulher nesse período de transição. Além disso, o artigo destaca a relevância de ações holísticas que considerem a mulher em sua totalidade.

O estudo de Lima (2024) reforça que o enfermeiro é uma figura central no acompanhamento de mulheres no climatério, capaz de oferecer suporte técnico e emocional. A consulta de enfermagem é vista como um espaço para discutir os impactos físicos e emocionais dessa fase, promovendo o autocuidado por meio de intervenções educativas e práticas. Estratégias como grupos de apoio e sessões de aconselhamento são destacadas como formas eficazes de fortalecer a autoestima das pacientes. Além disso, o artigo sugere que a atuação do enfermeiro pode ir além da abordagem clínica, abrangendo também o combate a preconceitos

culturais e sociais que muitas vezes dificultam a busca por ajuda. Essa abordagem integral é apontada como essencial para melhorar a qualidade de vida das mulheres durante o climatério.

Quanto ao estudo de Costa *et al.* (2024), este analisa os cuidados de enfermagem às mulheres no climatério, destacando a importância de ações holísticas que contemplem tanto os aspectos físicos quanto emocionais e sociais. A pesquisa ressalta que, embora o climatério seja um processo natural, seus sintomas, como ondas de calor, secura vaginal e alterações emocionais, podem impactar negativamente a qualidade de vida das mulheres. O artigo aponta a consulta de enfermagem como um espaço fundamental para promover o autocuidado e o bem-estar. Além disso, o texto sugere que a aplicação de teorias de enfermagem, como as de autocuidado e conforto, pode ser uma ferramenta valiosa no manejo dessa população.

Para os autores (Costa *et al.*, 2024), o enfermeiro pode atuar como um facilitador do processo de enfrentamento do climatério, promovendo a educação em saúde e o autocuidado. As consultas são vistas como oportunidades para sanar dúvidas, explicar os sintomas e orientar sobre práticas que melhorem a qualidade de vida. Além disso, o enfermeiro é descrito como um mediador do suporte emocional, ajudando as mulheres a lidar com os impactos sociais e psicológicos dessa transição. O estudo conclui que, com conhecimento técnico e empatia, o enfermeiro pode oferecer um cuidado humanizado, que contribui para o bem-estar e a autonomia das pacientes.

5 CONCLUSÃO

A presente pesquisa destacou o papel fundamental do enfermeiro na atenção integral à saúde da mulher climatérica, reafirmando a relevância de intervenções que abordem os aspectos físicos, emocionais e sociais dessa fase de transição. O estudo alcançou seu objetivo ao evidenciar que os profissionais de enfermagem têm potencial para transformar a experiência do climatério, ao promover práticas educativas, manejo qualificado dos sintomas e suporte emocional eficaz.

Estratégias como consultas de enfermagem centradas no paciente, rodas de conversa e intervenções educativas foram apontadas como cruciais para promover o autocuidado e a qualidade de vida. No entanto, uma das descobertas mais importantes foi a identificação de lacunas significativas na formação e no conhecimento técnico dos enfermeiros, assim como a necessidade de maior investimento em educação continuada e políticas públicas que fortaleçam o cuidado interdisciplinar.

Apesar dessas contribuições, o estudo apresenta limitações, como a dependência de revisões bibliográficas e a ausência de dados empíricos mais amplos, o que restringe a generalização dos achados. Futuras pesquisas empíricas poderão explorar mais detalhadamente as práticas dos enfermeiros em diferentes contextos, para aprimorar ainda mais a assistência às mulheres climatéricas.

REFERÊNCIAS

BRASIL. **Manual de Atenção à Mulher no Climatério/Menopausa / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde.** Brasília: 2008.

CAMPOS, P. *Et al.* Climatério e menopausa: conhecimento e condutas de enfermeiras que atuam na Atenção Primária à Saúde. **Reufsm**, v. 12, n. 41, p. 1-21, 2022.

CARDOSO, L. *Et al.* Assistência de Enfermagem e Qualidade de Vida da Mulher Climatérica. **Revista Pró-UNIVER/SUS**, v. 14, n. 2, p. 89-94, 2023.

CARVALHO, M. L. *Et al.* Assistência de enfermagem às mulheres no climatério na atenção primária à saúde: revisão integrativa de literatura. **Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR**, Umuarama, v.27, n.5, p. 3151-3167, 2023.

COSTA, K *Et al.* Os cuidados de enfermagem à mulher no climatério. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 6, n. 11, 2024.

FERREIRA, D. *Et al.* Climatério: papel do enfermeiro da atenção primária à saúde no cuidado e orientação da sexualidade: uma revisão integrativa de literatura. **Research, Society and Development**, v. 12, n. 6, 2023.

FERNANDES, L. T. *Et al.* Atuação do enfermeiro no gerenciamento do programa de assistência integral à saúde da mulher. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, v. 20, n. 3, p. 219-226, 2016.

FREITAS, F. **Rotinas em Ginecologia**. 4. ed. Porto Alegre: Artmed Editora, 2011.

GARCIA, N. K. *Et al.* Ações de atenção primária dirigidas às mulheres de 45 a 60 anos de idade. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, Goiânia, Goiás, Brasil, v. 15, n. 3, p. 711-9, 2013.

GOODMAN, M. P. Are all estrogens created equal? A review of oral vs. transdermal therapy. **J Womens Health (Larchmt)**, v. 21, n. 2, p. 161-169, 2012.

LIMA, M. Revisão Integrativa de Literatura sobre a assistência de enfermagem à mulher no climatério. **Revista Multidisciplinar em Saúde**, v. 1, n. 5, p. 1-24, 2024.

KANTOVISKI, A. L. L.; VARGENS, O. M. C. O cuidado à mulher que vivencia a menopausa sob a perspectiva da desmedicalização. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, v. 12, n. 3, p. 567-70, 2010.

MELO, A. A. C.; SILVA, E. P. C.; GIOTTO, A. C. Assistência da enfermagem à mulher no climatério na atenção básica de saúde. **Revista de Iniciação Científica e Extensão**, v. 2, n. 4, p. 213-218, 2019.

NAPPI, R. E. *Et al.* Vulvar and vaginal atro-phy in four European countries: evidence from the European REVIVE Survey. **Clima-cteric**, v. 19, n. 2, p. 188-1897, 2016.

MINAYO, M. C. de S. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**. 8. ed. São Paulo: Hucitec, 2004.

NAHAS, E. A. NAHAS-NETO, J. Terapêutica Hormonal: benefícios, riscos e regimes terapêuticos. **Femina**, n. 58, 2019.

OLIVEIRA, F. C. COUTO, W. Abordagem do enfermeiro na atenção primária à saúde às mulheres no climatério. **Research, Society and Development**, v. 12, n. 5, 2023.

ROCHA, M. D. H. A. da. Do Climatério à Menopausa. **Revista Científica do Itpac**, Miracema do Tocantins, v. 3 n. 1 Janeiro de 2010.

SABÓIA, B. *Et al.* Assistência de enfermagem à mulher no climatério e menopausa: estratégia de inclusão na rotina das unidades básicas de saúde. **Scire Salutis**, v. 11, n. 3, 2021.

SILVA, R. M. *Et al.* Alterações Biopsicossociais Da Mulher No Climatério. **RBPS** 2003.

VIDAL, C. R. *Et al.* Mulher climatérica: uma proposta de cuidado clínico de enfermagem baseada em ideais freireanos. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, v. 6, n. 4, 2012.