

ESTRATÉGIAS DE CUIDADO NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE PARA MULHERES NO CLIMATÉRIO: REVISÃO INTEGRATIVA

PRIMARY HEALTH CARE STRATEGIES FOR CLIMACTERIC WOMEN: AN INTEGRATIVE REVIEW
ESTRATEGIAS DE ATENCIÓN PRIMARIA PARA MUJERES EN EL CLIMATERIO: UNA REVISIÓN INTEGRADORA

Natália da Silva Gomes ¹

Ana Paula Sant'Ana Schinaider ²

Murilo Santos de Carvalho ³

Scheila Mai ⁴

Márcia Rejane Strapasson ⁵

Vania Celina Dezoti Micheletti ⁶

Como Citar:

Gomes NS, Schinaider APS, Carvalho MS, Mai S, Strapasson MR, Micheletti VCD. Estratégias de Cuidado da Atenção Primária à Saúde para Mulheres no Climatério: Revisão Integrativa. *Sanare*. 2024;23(2).

Descritores:

Climatério; Saúde da mulher; Atenção Primária à Saúde.

Descriptors:

Climacteric; Women's Health; Primary Health Care.

Descriptores:

Climaterio; Salud de la Mujer; Atención Primaria de Salud.

Submetido:

14/08/2023

Aprovado:

01/08/2024

Autor(a) para Correspondência:

Natália da Silva Gomes
Endereço profissional: R. São Manoel,
963 - Porto Alegre/RS
E-mail: nataliasilvag_@hotmail.com

RESUMO

O objetivo deste estudo foi identificar as evidências científicas existentes sobre as estratégias de cuidado desenvolvidas na Atenção Primária à Saúde para mulheres em climatério. Esta é uma revisão integrativa de literatura, realizada nas bases de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Bases de Dados de Enfermagem (BDENF) e Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE) A estratégia PICO utilizando a estratégia PICO (População, Fenômeno de Interesse e Contexto) foi empregada para estabelecer os descritores. Foram incluídos artigos em inglês, espanhol ou português, de 2017 a 2022, que responderam à questão de pesquisa, resultando em sete artigos selecionados. Os resultados foram organizados em duas categorias: "Estratégias de cuidado no tratamento do climatério" e "Estratégias de cuidado relacionadas à assistência à saúde da mulher no climatério". Identificou-se uma lacuna assistencial a respeito do tratamento não farmacológico realizado pelos profissionais de saúde. Ainda observaram-se as dificuldades enfrentadas pelos profissionais de saúde durante a assistência nessa fase de vida. Destarte, se mostra necessário à realização de estudos na perspectiva das mulheres no climatério, para assim, construir uma prática de cuidado baseada na realidade das usuárias.

1. Enfermeira. Mestranda em Enfermagem pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS). E-mail: nataliasilvag_@hotmail.com. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6952-7172>

2. Fisioterapeuta. Especialista em Atenção Básica - Secretaria Municipal de Saúde de São Leopoldo (RS) E-mail: anaschneider@hotmail.com. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4972-0634>

3. Fisioterapeuta. Supervisor de Estágios em Fisioterapia da UNISINOS - Universidade do Vale do Rio dos Sinos (UNISINOS). E-mail: decarvalho murilo@gmail.com. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1862-4754>

4. Enfermeira. Docente da Escola de Saúde da UNISINOS. Universidade do Vale do Rio dos Sinos (UNISINOS). E-mail: scheilamai@unisinoss.br. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1800-0140>

5. Doutora em Ciências da Saúde: Ginecologia e Obstetrícia. Docente do curso de Enfermagem da UNISINOS. Universidade do Vale do Rio dos Sinos (UNISINOS) E-mail: marciastra@unisinoss.br. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4764-7317>

6. Doutora em Ciências Pneumológicas. Docente do curso de Enfermagem da UNISINOS. Universidade do Vale do Rio dos Sinos (UNISINOS) E-mail: vaniadm@unisinoss.br. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1254-7479>

ABSTRACT

The aim of this study was to identify the existing scientific evidence on the care strategies developed in Primary Health Care for women in climacteric conditions. This is an integrative literature review, carried out in the databases Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences (LILACS), Nursing Databases (BDENF) and Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE) The PICO strategy using the PICO strategy (Population, Phenomenon of Interest and Context) was employed to establish the descriptors Articles in English, Spanish or Portuguese from 2017 to 2022 that answered the research question were included, resulting in seven selected articles. The results were organized into two categories: "Care strategies in climacteric treatment" and "Care strategies related to women's health care in the climacteric". A care gap was identified with regard to the non-pharmacological treatment carried out by health professionals. In addition, the difficulties faced by health professionals during this phase of life were observed. Thus, it is necessary to carry out studies from the perspective of women in the climacteric, in order to build a care practice based on the reality of users.

RESUMEN

El objetivo de este estudio fue identificar la evidencia científica existente sobre las estrategias de atención desarrolladas en la Atención Primaria de Salud para mujeres en climaterio. Se trata de una revisión bibliográfica integradora, realizada en las bases de datos Literatura Latinoamericana y del Caribe en Ciencias de la Salud (LILACS), Bases de Datos de Enfermería (BDENF) y Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE) Para establecer los descriptores se empleó la estrategia PICO (Población, Fenómeno de Interés y Contexto) Se incluyeron artículos en inglés, español o portugués desde 2017 hasta 2022 que respondieran a la pregunta de investigación, resultando siete artículos seleccionados. Los resultados se organizaron en dos categorías: "Estrategias de atención en el tratamiento del climaterio" y "Estrategias de atención relacionadas con el cuidado de la salud de la mujer en el climaterio". Se identificó un vacío asistencial en relación con el tratamiento no farmacológico llevado a cabo por los profesionales sanitarios. Además, se observaron las dificultades a las que se enfrentan los profesionales sanitarios durante esta fase de la vida. Así, es necesario realizar estudios desde la perspectiva de las mujeres en el climaterio, para construir una práctica asistencial basada en la realidad de las usuarias.

.....

INTRODUÇÃO

O climatério pode ser caracterizado como uma fase natural que, corresponde à transição da mulher do ciclo reprodutivo para o não reprodutivo, ocorrendo entre os 40 e 65 anos, possuindo como marco temporal a menopausa¹. A menopausa aparece como um evento corporal do envelhecimento feminino, evidenciando mudanças na vida social, amorosa, sexual e familiar².

A menopausa pode ser identificada com a interrupção da menstruação após 12 meses consecutivos de amenorreia e ocorre eventualmente entre os 48 e 50 anos. Existem algumas mulheres que vivenciam a menopausa precocemente, antes dos 40 anos, esta é chamada de falência ovariana precoce. Alguns sintomas são frequentes durante esse período, além da irregularidade menstrual, os fogachos e suores noturnos também são evidenciados. Nessa esteira de pensamento, é importante ressaltar que a confirmação do diagnóstico de uma mulher em fase da menopausa é essencialmente clínica, não sendo

necessária a realização de exames laboratoriais para dosagem de hormônios¹.

As mulheres usuárias do Sistema Único de Saúde (SUS), em fase de climatério, são atendidas nas Equipes de Saúde da Família (eSF) e muitas vezes seus sintomas podem passar despercebidos ou ser confundidos com alguma patologia. Sendo assim, é papel dos profissionais de saúde identificar essas usuárias a partir da escuta qualificada, estratégias de cuidado e Educação em Saúde (ES), garantindo a integralidade do cuidado³.

Destarte, é necessário que os profissionais da saúde realizem uma abordagem humanizada com essas mulheres, com o mínimo de intervenção medicamentosa possível. É importante ressaltar que a maioria das manifestações clínicas do climatério pode ser manejada com mudança nos hábitos de vida, medidas comportamentais e autocuidado.

Além disso, é importante que os profissionais da Atenção Primária à Saúde (APS) proporcionem um atendimento focado na singularidade de cada mulher, oferecendo conselhos e orientações,

com o objetivo de aprimorar a qualidade de vida dessas pacientes. Assim, possibilitar que essas mulheres atravessem esse período de forma natural e personalizada, aplicando o tratamento clínico de acordo com a realidade de cada usuária¹. Com isso em mente, o propósito deste estudo foi identificar as provas científicas existentes sobre as estratégias de cuidado implementadas na APS para mulheres em climatério.

MÉTODOS

Trata-se de uma revisão integrativa realizada durante o mês de abril de 2022. A finalidade desse método é condensar resultados de estudos sobre um tema específico, de forma estruturada e sistemática⁴.

A seleção seguiu a diretriz *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses 2020* (PRISMA)⁵ de forma adaptada. Para a realização da revisão, percorreram-se as seguintes etapas: 1) Escolha da questão de pesquisa; 2) Definição de critérios inclusão e exclusão; 3) Categorização dos estudos; 4) Análise crítica dos estudos; 5) Interpretação dos resultados; 6) Apresentação da revisão⁴.

Para a definição da questão de pesquisa, utilizou-se os descritores seguindo a estratégia PICO (População, Fenômeno de Interesse e Contexto), esta possibilita a maximização da recuperação de evidências nas bases de dados, foca o escopo da pesquisa e evita a realização de buscas desnecessárias⁶. Definiu-se como **População (P)**: Mulheres; para o **Fenômeno de Interesse (I)**: Estratégias de cuidado; e para o **Contexto (Co)**: Climatério na Atenção Primária à Saúde. A questão que norteou a pesquisa foi: quais as estratégias de cuidado desenvolvidas na Atenção Primária à Saúde (APS) para mulheres no climatério?

As bases de dados consultadas foram selecionadas via Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), sendo a Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS); Banco de Dados em Enfermagem (BDENF); e *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (MEDLINE). A estratégia de busca pode ser visualizada no Quadro 1.

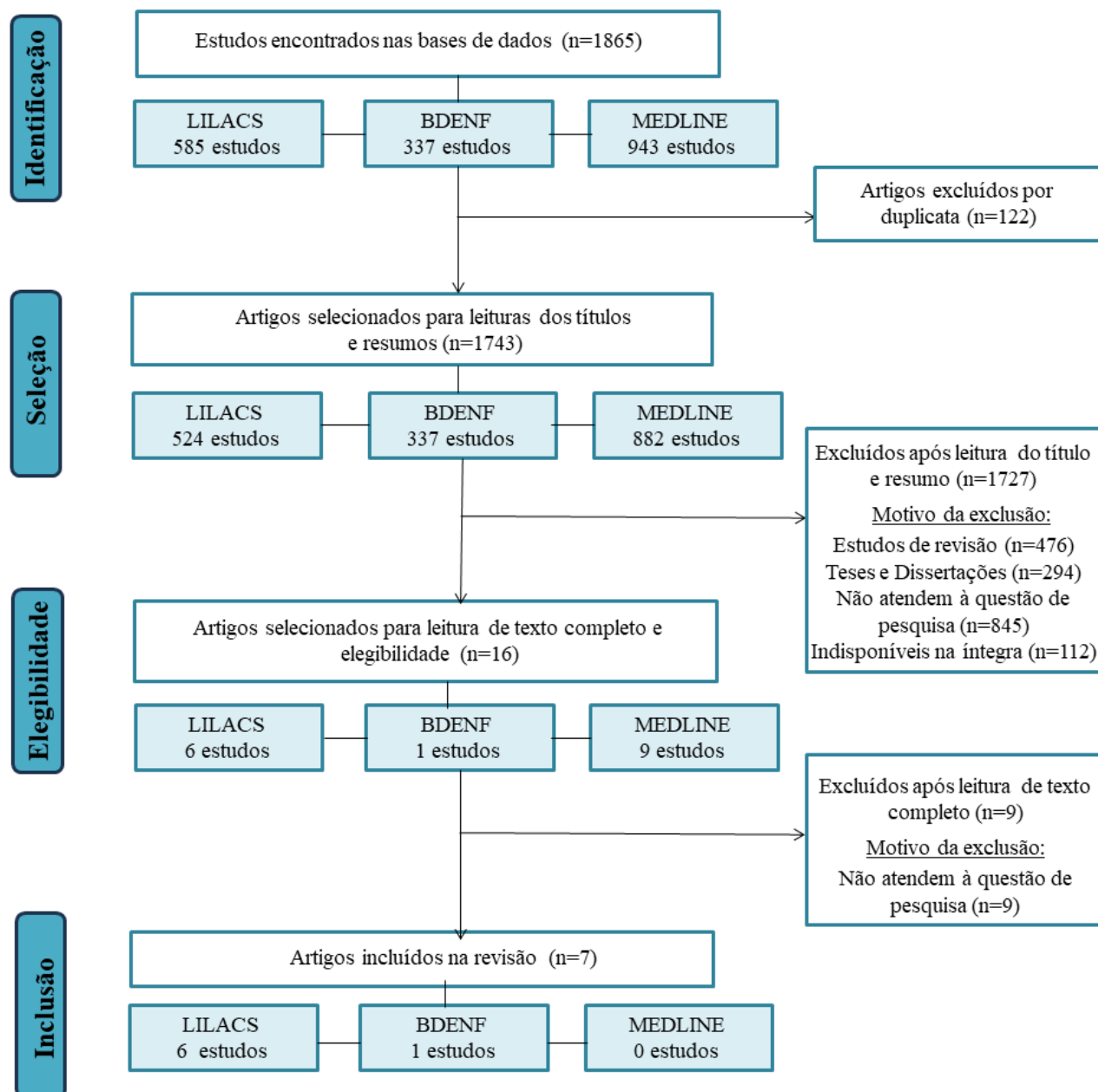
Quadro 1- Estratégia de busca

Bases de Dados	Estratégia de busca
LILACS, BDENF e MEDLINE via BVS	((mh:(saúde da mulher)) OR (mh:(mulheres)) OR (atenção integral à saúde da mulher) OR (mulher)) AND ((mh:(educação em saúde)) OR (mh:(integralidade em saúde)) OR (mh:(terapias complementares)) OR (mh:(qualidade de vida)) OR (mh:(cuidados de enfermagem)) OR (mh:(terapia de reposição hormonal)) OR (mh:(terapia de reposição de estrogênios)) OR (educação em saúde pública) OR (práticas integrativas e complementares) OR (terapia de reposição de hormônios) OR (enfermagem)) AND ((mh:(menopausa)) OR (mh:(climatério)) OR (mh:(atenção primária à saúde)) OR (mh:(estratégia saúde da família)) OR (mh:(saúde da família)) OR (atenção básica)) AND (db:(“MEDLINE” OR “LILACS” OR “BDENF”) AND la:(“en” OR “pt” OR “es”)) AND (year_cluster:[2017 TO 2022])

Fonte: dados da pesquisa, 2022.

Posteriormente a busca, realizou-se a leitura dos títulos e resumos e, após, foi realizada a leitura do texto completo. Utilizaram-se como critérios de inclusão, artigos de pesquisas primárias, dos últimos cinco anos (2017 a 2022), disponíveis *online*, nos idiomas português, inglês e espanhol e que respondessem a questão de pesquisa. Ao final, sete artigos compuseram essa revisão, sendo seis na LILACS e um na BDENF (Figura 1).

Figura 1- Fluxograma de identificação, seleção, elegibilidade e inclusão dos artigos, adaptado da diretriz PRISMA 2020⁵.



Fonte: dados da pesquisa, 2022.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Identificaram-se produções científicas no ano de 2021 (57,1%)^{7,8,3, 9} e 2018 (42,8%)^{10,11,12}. As publicações selecionadas nesta revisão tiveram em sua maioria a autora principal como enfermeira (85,7%)^{3,7,8,10,11,12} e uma (14,2%)⁹ médica, em cenário brasileiro e no idioma português.

No que se refere ao delineamento, constatou-se que todas as pesquisas se tratavam de estudos descritivos. No que concerne ao público alvo,

57,1%^{8,9,10,11} dos estudos foram desenvolvidos pela perspectiva das mulheres e 42,8%^{3,7,12} visando a percepção dos profissionais de saúde.

Para a organização dos artigos selecionados, os autores elaboraram um quadro sinóptico (quadro 2) disposto em identificação, base de dados, título do artigo, ano, objetivo, método e nível de evidência.

Em relação à prática baseada em evidências, segundo Melny¹³ a classificação do nível de evidência (NE) pode ser realizada em sete níveis (N): o N1 são evidências oriundas de revisões sistemáticas ou metanálise de estudos clínicos controlados; N2,

ensaios clínicos randomizados controlados; N3, ensaios clínicos sem randomização; N4, coorte e caso-controle; N5, revisão sistemática de estudos descritivos e qualitativos; N6, estudo descritivo ou qualitativo; e N7 - opinião de autoridades/especialistas.

Quadro 2 - Quadro sinóptico conforme identificação (ID), título do artigo, ano de publicação, objetivo(s) do estudo, método e NE.

ID	BASE DE DADOS	TÍTULO	ANO	OBJETIVO	MÉTODO	NE
A1 ⁷	BDEF	Percepções de enfermeiros sobre a atenção ao climatério.	2021	Analisar a atenção à saúde das mulheres acerca do manejo do climatério por enfermeiros de Atenção Primária à Saúde	Estudo qualitativo e descritivo	6
A2 ⁸	LILACS	Necessidades de cuidado de mulheres no climatério com hipertensão: possibilidades de trabalho do enfermeiro.	2021	Compreender as necessidades de cuidado de mulheres no climatério com Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS).	Pesquisa qualitativa	6
A3 ³	LILACS	O olhar do profissional da Atenção Primária sobre o cuidado à mulher climatérica	2021	Discutir a perspectiva de profissionais de saúde sobre o cuidado às mulheres no climatério na Atenção Primária.	Pesquisa qualitativa exploratória.	6
A4 ⁹	LILACS	Conhecimento das mulheres sobre a terapia de reposição hormonal	2021	Analisar o conhecimento das mulheres sobre a TRH e identificar quais são os principais pontos que geram confusão ou dúvida	Descritivo transversal.	6

A5 ¹⁰	LILACS	Vivenciando o climatério: percepções e vivências de mulheres atendidas na atenção primária	2018	Apreender as percepções de mulheres que vivenciam o climatério.	Pesquisa descritiva exploratória.	6
A6 ¹¹	LILACS	Percepções de mulheres acerca do climatério.	2018	Conhecer as percepções de mulheres acerca do climatério.	Pesquisa qualitativa	6
A7 ¹²	LILACS	Demandas de mulheres no climatério na Estratégia Saúde da Família: estudo descritivo.	2018	Conhecer as principais demandas de mulheres no climatério, atendidas na Atenção Primária à Saúde, a partir dos relatos dos profissionais de saúde.	Pesquisa qualitativa descritiva	6

Fonte: dados da pesquisa, 2022.

Nota: A – Artigo, seguido do número subsequente, conforme seleção dos estudos.

A partir da análise emergiram duas categorias: a) Estratégias de cuidado no tratamento do climatério e b) Estratégias de cuidado relacionadas à assistência à saúde da mulher no climatério.

Estratégias de cuidado no tratamento do climatério

Nesta categoria apresentam-se os principais achados dessa revisão a respeito das estratégias de cuidados relacionadas ao tratamento medicamentoso e não medicamentoso utilizado para alívio dos sintomas do climatério.

Os estudos evidenciaram em sua maioria a utilização de terapia de reposição hormonal (TRH) como tratamento para a menopausa. Em contrapartida, alguns achados dessa revisão demonstram que a utilização de TRH deve ser realizada apenas em casos específicos, existindo então, métodos alternativos de tratamento^{7,11}. Emergiram como estratégias alternativas de tratamento a auriculoterapia, caminhadas, uso da isoflavona e chás. Porém, esses

tratamentos eram realizados como estratégia de autocuidado das usuárias, não sendo orientações advindas de profissionais da saúde^{8,10}.

Em um estudo, um enfermeiro relatou indicar o uso da lecitina de soja e produtos de soja para mulheres que estavam impossibilitadas de utilizarem a TRH, enaltecendo que a reposição hormonal é uma forma mais efetiva de tratamento⁸. Ainda, em outro estudo, um profissional de saúde evidenciou orientar que a reposição hormonal pode não ser benéfica, mas algumas usuárias manifestam desejo de iniciar o uso mesmo assim¹². Em outros casos, alguns enfermeiros orientavam o uso de chás para algumas patologias, mas não especificamente para o alívio dos sintomas do climatério⁸.

Além disso, é possível sugerir que as mulheres não possuem conhecimento sobre a TRH e possuem crenças a respeito do tratamento do climatério. As crenças estão geralmente somadas a falsas informações. A falta de informação, atrelada ao medo, ocasiona insegurança em procurar auxílio para o alívio dos sintomas climatéricos⁹. Ainda, no estudo

de Belizário⁹ evidencia-se que existem casos em que a TRH pode ser usada com segurança, porém, não é a única opção, existindo alternativas de tratamento disponíveis.

Nesse mesmo estudo, constatou-se que 58% das mulheres foram orientadas por algum profissional da saúde sobre a menopausa, 42,4% sobre os benefícios e riscos da TRH. No que diz respeito a TRH, 85% não fizeram/não fazem uso e 15% já fizeram/fazem. Quando questionadas se a soja poderia excluir a utilização da TRH, apenas 32,2% acreditavam na informação. Identificou-se que 78,1% das mulheres acreditavam que os fitoterápicos funcionam como TRH⁹ Ainda, em outro estudo emergiu o desejo de utilizar medicamentos para TRH, mas prevaleceu o medo de desenvolver câncer¹⁰.

Destaca-se que muitas mulheres buscam o tratamento hormonal em primeira escolha, sem ao menos pensar em utilizar métodos alternativos mais saudáveis, como adequação da alimentação e exercícios físicos para auxiliar no alívio dos sinais e sintomas¹¹. Nesse sentido, a TRH tem sido a primeira alternativa de solução encontrada pelas mulheres para eliminar sintomas indesejáveis do climatério e também a mais ofertada. Essa estratégia de cuidado sugere a hipótese de que as mulheres poderão visualizar o climatério como uma doença, necessitando de cura, e que a única alternativa de tratamento seja por meio de medicamentos¹¹.

No que concerne aos sintomas tratados, os principais são os fogachos, dispareunia, sudorese, perda de libido, ressecamento vaginal, incontinência urinária, alteração do humor, ansiedade e distúrbios do sono^{8,11,10,9,12,7,3}. Em relação ao assunto, Luz e Frutuoso³ ressaltam a criação de um protocolo específico sobre a atenção às mulheres no climatério a nível municipal, criado por meio de um Grupo Técnico de Saúde da Mulher (GTSM), visando os métodos de tratamento para essas mulheres. Ademais, o GTSM é uma importante ferramenta para discussão compartilhada e permanente com os profissionais de saúde, auxiliando nos percalços para a construção de práticas de cuidado integral com as mulheres climatéricas³.

Estratégias de cuidado relacionadas à assistência à saúde da mulher no climatério

Nesta categoria reuniram-se os principais resultados encontrados relacionados à assistência às mulheres no climatério.

Identificou-se a importância do papel do enfermeiro no acompanhamento de mulheres na menopausa e climatério⁸. Os enfermeiros aparecem como atores importantes nesse processo de cuidado, principalmente no que diz respeito à realização da consulta de enfermagem à mulher no climatério¹¹. Porém, um estudo revela a dificuldade em pensar em ações voltadas para a mulher nessa fase de vida, e que alguns profissionais podem acabar minimizando os sintomas do climatério. Nesse sentido, Luz e Frutuoso³ realizaram oficinas acerca da temática com os profissionais de saúde, oportunizando espaços de elucidação das fragilidades do cuidado prestado a essas mulheres na Unidade de Saúde, surgindo a ideia de criação de um grupo de convivência para esse público³.

Ainda, emergiu a ideia de dialogar com as mulheres no dia de realização de coleta do exame citopatológico e em grupos para hipertensos e diabéticos, além de orientar os parceiros sobre a temática, para que eles também compreendam sobre o climatério e auxiliem no cuidado à mulher. Os profissionais sugeriram ao final de um estudo, ações de cuidado às mulheres climatéricas e seus parceiros nas atividades já existentes na unidade, de cuidado individual, em grupo ou nas visitas domiciliares³. Os caminhos possíveis para outras formas de cuidar dessas mulheres ainda precisam ser construídos no contexto do território, do município e, sobretudo, do papel social construído para as mulheres na sociedade.

Identificou-se também que a Atenção à Saúde da Mulher em climatério, está atualmente resumida ao atendimento apenas sobre os sinais e sintomas, sendo baseado, muitas vezes, na experiência pessoal de cada profissional⁷. O climatério precisa ser melhor abordado nos serviços de saúde, principalmente visando esclarecer dúvidas e orientar as mulheres sobre essa fase, que envolve fatores biológicos, psicológicos e sociais. Sendo assim, é necessário investir em capacitação profissional, opções terapêuticas e educação em saúde para auxiliar essa população a desenvolver autonomia no cuidado à sua saúde⁹.

Destaca-se ainda a falta de orientações adequadas pelos profissionais de saúde a esse público. Evidenciando a importância dos profissionais da APS estarem preparados, proporcionando conhecimento a essas mulheres, buscando estratégias de cuidados que facilitem a vivência dessa fase de vida⁹. Ainda, é importante ressaltar que as demandas das mulheres,

nessa fase de vida, incluem aspectos psicológicos e sociais para além das questões fisiológicas características do climatério^{12,11}.

No que tange ao tratamento realizado pelas mulheres, em 2008, o Ministério da Saúde lançou o Manual de Atenção à Mulher no Climatério/Menopausa¹⁴, este aborda as alternativas terapêuticas preconizadas, evidenciando a terapia de reposição hormonal e alternativa de tratamento não medicamentoso, como a fitoterapia e a homeopatia³.

Em 2016, o Ministério da Saúde instituiu os "Protocolos da Atenção Básica: Saúde das Mulheres"¹, sendo o último material oficial a respeito da temática lançado até hoje. Neste, a atenção às mulheres no climatério foi dividida em abordagem farmacológica e não farmacológica. Na abordagem não farmacológica, destacam-se as Práticas Integrativas e Complementares (PICs), em especial a fitoterapia. Nesse sentido, alguns fitoterápicos podem auxiliar no alívio dos fogachos, e dentre os presentes na Relação Nacional de Medicamentos Essenciais (RENAME), o único associado ao tratamento dos sintomas do climatério é a isoflavona da soja. Além disso, evidenciou-se a abordagem no estilo de vida saudável, por meio da alimentação, atividade física e higiene do sono¹.

Castilhos *et al.*⁸ corrobora com esse achado, evidenciando que dentre as terapias complementares para o alívio dos sintomas do climatério, tem-se a utilização de fitoestrógenos extraídos da soja, como as isoflavonas, *foeniculum vulgare*, *trigonella foenum-graecum* e o *tribulus terrestris* as quais possibilitam a diminuição dos sintomas vasomotores e do ressecamento vaginal^{14,15}. Ao questionar os enfermeiros sobre o uso de terapias complementares, demonstraram pouco conhecimento acerca do assunto, mantendo a indicação da TRH^{15,16}.

Em um estudo realizado com profissionais de saúde sobre a utilização da fitoterapia, 68,8% apoiam a utilização, enquanto 17,2% responderam que deixariam a decisão por conta do paciente e 5,7% evidenciaram que dependeria da situação, especialmente do conhecimento que o profissional tivesse a respeito da planta referida¹⁷. Resultados semelhantes foram encontrados em um estudo realizado com enfermeiros, quando questionados sobre o conhecimento acerca da prescrição dos fitoterápicos da RENAME, 84% dos participantes negaram possuir essa informação e apenas 16% afirmaram ter domínio desse conhecimento para a prática correta¹⁸.

Ainda, entre os métodos terapêuticos utilizados, a musicoterapia vem sendo utilizada para controlar a insônia, por auxiliar na diminuição dos sintomas. Além disso, o yoga também tem se mostrado eficiente no tratamento da depressão e insônia, melhorando o fluxo de energia no corpo, permitindo que o paciente relaxe. Nesse sentido, a imaginação guiada é outra técnica que mostra benefícios positivos nos fogachos, ao permitir que ocorra uma liberação de relaxamento do corpo, devido às práticas dos exercícios de respiração e imaginação^{19,20}.

No que concerne à abordagem farmacológica, os riscos associados ao uso da TRH devem ser criteriosamente avaliados. A administração de estrogênio, quando indicada, é uma forma eficaz para o controle dos fogachos. A dose administrada deve ser a mínima para melhorar os sintomas. O estrogênio pode ser administrado por via oral (estrogênio conjugado ou estradiol), parenteral (estradiol) transdérmico, sob a forma de adesivo ou percutâneo, sob a forma de gel. Em caso de queixas vulvovaginais e urinárias, pode-se utilizar estrogênio tópico vaginal¹. Ainda, ressalta-se o risco de tromboembolismo venoso com uso de estrogênio isolado ou associado à progesterona. O estrogênio associado à progesterona, utilizado três a cinco anos, aumenta o risco de câncer de mama, sendo o risco mais elevado com o uso de medroxiprogesterona¹.

No que tange à APS, esta pode ser considerada o locus de cuidado às mulheres climatéricas, sendo responsável pelo acolhimento, pela escuta qualificada e oferta de ações de promoção da saúde³. Nesse contexto, o enfermeiro, sendo um dos principais desenvolvedores das práticas de educação em saúde e atendimentos às mulheres, pode ser um elemento de grande valia no que se trata de tentar construir estratégias para uma assistência adequada às mulheres climatéricas. Visando a diminuição dos sintomas gerados pelas inúmeras alterações físicas e psíquicas, mas acima de tudo, prestando um atendimento pautado na integralidade²¹.

Nesse pensamento, um estudo aborda a realização de oficinas como uma forma estratégica de educação em saúde²². Além disso, a troca de saberes em coletivo permite que as mulheres percebam que não estão sozinhas. Frente a isso, a realização de dinâmicas de grupo de convivência e espaços de confraternização pode facilitar a integração social entre mulheres que estão vivenciando as mesmas queixas e experiências do climatério²³.

Um estudo evidencia que as mulheres procuram

as Unidades de Saúde principalmente para consultas de acompanhamento da hipertensão e realização do preventivo²³, sendo estes, momentos importantes de captação dessas mulheres para identificar as demandas do climatério. Desta forma, autores descrevem sobre as necessidades e dificuldades experienciadas pelas mulheres nesse período. Sendo este um importante fator para que o serviço de saúde proporcione acolhimento a elas, podendo esclarecer dúvidas e sensações a respeito desta fase de vida²⁴.

Porém, é de extrema importância que os profissionais de saúde sejam capacitados e qualificados acerca do atendimento a mulheres climatéricas. Além de estarem em contato frequente com essa população, os profissionais podem proporcionar apoio à mulher na fase de envelhecimento reprodutivo e planejar uma assistência de acordo com as reais necessidades destas, além das questões fisiológicas, de forma sensível, harmoniosa e proximal com a realidade²⁴.

CONCLUSÃO

Os achados desse estudo evidenciaram que as estratégias de cuidados no âmbito do tratamento do climatério ainda se mantêm direcionadas à abordagem farmacológica, existindo lacunas assistenciais no que diz respeito à utilização de abordagens não farmacológicas, como os fitoterápicos.

Ainda, emergiram as dificuldades apresentadas pelos profissionais de saúde, principalmente enfermeiros – profissionais frequentemente ligados ao tema – no manejo do tratamento e cuidado dessas mulheres. Sendo assim, percebe-se a necessidade de capacitações e educações permanentes para os profissionais se qualificarem, para assim, estarem preparados para atuarem com esse público.

Em relação às estratégias de cuidado utilizadas na assistência, destaca-se realizar oficinas, grupos de convivência, captação das mulheres durante os atendimentos de hipertensão e preventivo e criação de um GTSM. Ademais, a consulta de enfermagem pode ser um importante espaço para a sinalização de demandas voltadas ao climatério.

Destaca-se como lacuna do estudo o desfecho final de artigos incluídos nesta revisão integrativa, findando em apenas duas bases de dados, sendo necessária a realização de uma pesquisa mais ampla, buscando evidências científicas em âmbito internacional.

Destarte, esse estudo poderá contribuir para o desenvolvimento de novas pesquisas na perspectiva

das mulheres no climatério, visto que são elas que vivenciam os sintomas inerentes dessa fase de vida.

CONTRIBUIÇÕES DOS AUTORES

Natália da Silva Gomes contribuiu com a concepção, delineamento, análise e interpretação dos dados; redação do artigo ou a sua revisão crítica relevante do conteúdo intelectual; e aprovação da versão a ser publicada. **Ana Paula Sant'Ana Schinaider, Murilo Santos de Carvalho, Scheila Mai e Márcia Rejane Strapasson** contribuíram com a análise e interpretação dos dados, com a redação do artigo e aprovação da versão a ser publicada. **Vania Celina Dezoti Micheletti** contribuiu com a concepção, delineamento, análise e interpretação dos dados; redação do artigo ou a sua revisão crítica relevante do conteúdo intelectual; e aprovação da versão a ser publicada.

REFERÊNCIAS

1. Ministério da Saúde (BR), Instituto Sírio-Libanês de Ensino e Pesquisa. Protocolos da atenção básica: saúde das mulheres. Brasília, DF: Ministério da Saúde; [Internet] 2016 [cited 2022 Dec 10]. Available from: https://bvsm.sau.gov.br/bvs/publicacoes/protocolos_atencao_basica_saude_mulheres.pdf.
2. Selbac MT, Fernandes CGC, Marrone LCP, Vieira AG, Silveira EF, Martins MIEM. Mudanças comportamentais e fisiológicas determinadas pelo ciclo biológico feminino – climatério à menopausa. Aletheia [Internet]. 2018 [cited 2022 Dec 10];511(1-2):177-190, 2018. Available from: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1413-03942018000100016.
3. Luz MMF, Frutuoso MFP. O olhar do profissional da Atenção Primária sobre o cuidado à mulher climatérica. Interface (Botucatu) [Internet]. 2021 [cited 2022 Dec 10]; 25: e200644. Available from: <https://doi.org/10.1590/interface.200644>.
4. Mendes KDS, Silveira RCCP, Galvão CM. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. Texto Contexto Enferm [Internet]. 2008 [cited 2022 Dec 10];17(4):758-64. Available from: <https://www.scielo.br/j/tce/a/XzFkq6tjWs4wHNqNjKJLkXQ/abstract/?lang=pt>.
5. Page MJ, McKenzie JE, Bossuyt PM, Boutron I, Hoffmann TC, Mulrow CD, Shamsee L et al. The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. BMJ [Internet]. 2021 [cited 2022 Dec 10];372(71). Available from: <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>.

6. Santos CMC, Pimenta CAM, Nobre MRC. A estratégia PICO para a construção da pergunta de pesquisa e busca de evidências. *Rev Lat Am Enfermagem* [Internet]. 2007 [cited 2022 Dec 10];15(3):508-511. Available from: <https://doi.org/10.1590/S0104-11692007000300023>.
7. Banazeski AC, Luzardo AR, Rozo AJ, Sinski KC, Palombit MR, Conceição VM. Percepções de enfermeiros sobre a atenção ao climatério. Percepções de enfermeiros sobre a atenção ao climatério. *Rev enferm UFPE on line* [Internet]. 2021 [cited 2022 Dec 10];15:e245748. Available from: <https://doi.org/0.5205/1981-8963.2021.245748>.
8. Castilhos L, Schimith MD, Silva LMC, Prates LA, Perlini NMOG. Necessidades de cuidado de mulheres no climatério com hipertensão: possibilidades de trabalho do enfermeiro. *Rev Enferm UFSM - REUFSM* [Internet]. 2021 [cited 2022 Dec 10];11(e15):1-20. Available from: <https://doi.org/10.5902/2179769242948>.
9. Belizário RD, Trintin PL, Labes E, Aoke K, Cachuba TR, Purim KSM. Conhecimento das Mulheres sobre a Terapia de Reposição Hormonal. *Rev Méd Paraná* [Internet]. 2021 [cited 2022 Dec 20];79(1):14-18. Available from: https://www.amp.org.br/site/arquivos/revistasarquivos/revista-medica-do-parana-volume-79-n-1-janeiro-junho-2021_1625669497.pdf.
10. Vieira TMM, Araujo CR, Souza ECS, Costa MAR, Teston EF, Benedetti GMS, Marquete VF. Vivenciando o climatério: percepções e vivências de mulheres atendidas na atenção básica. *Enferm Foco* [Internet]. 2018 [cited 2022 Dec 10]; 9 (2): 40-45. Available from: <https://doi.org/10.21675/2357-707X.2018.v9.n2.1084>.
11. Piecha VH, Ebling SBD, Pieszak GM, Silva MM, Silva SO. Percepções de mulheres acerca do climatério. *Rev Fun Care Online* [Internet]. 2018 [cited 2022 Dec 10]; 10(4):906-912. Available from: <http://dx.doi.org/10.9789/2175-5361.2018.v10i4.906-91211>.
12. Maciel MR, Lima GTC, Conde MC, Parauta TC, Saldanha BL, Lemos A. Demandas de mulheres no climatério na Estratégia Saúde da Família: estudo descritivo. *Online braz. J nurs (Online)* [Internet]. 2018 [cited 2022 Nov 20];17(3). Available from: <https://www.objnursing.uff.br/index.php/nursing/article/view/6135/html>.
13. Melnyk BM. Making the case for evidence-based practice. In: Melnyk BM, Fineout-Overholt E. Evidence based practice in nursing & healthcare. A guide to best practice. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins; 2019.
14. Ministério da Saúde (BR). Manual de Atenção à Mulher no Climatério/ Menopausa. Brasília, DF: Ministério da Saúde; [Internet] 2008 [cited 2022 Dec 2022]. Available from: https://bvsm.sau.gov.br/bvs/publicacoes/manual_atencao_mulher_climaterio.pdf.
15. Souza AS, Junior OCR, Ribeiro JSS, Mendonça LB, Melo JMR, Araújo TS. Utilização de fitoterápicos no manejo de mulheres no climatério/menopausa. *Res Soc Dev* [Internet]. 2020 [cited 2022 Dec 10];9(9):e415997416. Available from: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v9i9.7416>.
16. Palacios S, Lilue M, Mejia A, Menende C. Omega-3 versus isoflavones in the control of vasomotor symptoms in postmenopausal women. *Gynecol Endocrinol* [Internet]. 2017 [cited 2022 Dec 10];33(12): p.951-957. Available from: <https://doi.org/10.1080/09513590.2017.1332588>.
17. Mattos G, Camargo A, Sousa CA, Zeni ALB. Plantas medicinais e fitoterápicos na Atenção Primária em Saúde: percepção dos profissionais. *Ciênc saúde colet* [Internet]. 2018 [cited 2022 Dec 10];23(11):3735-3744. Available from: <https://doi.org/10.1590/1413-812320182311.23572016>.
18. Junior JN, de BS Guedes, HC, dos S Januário DC, Silva CRR, da Silva RVR, da Macedo DBG, Pereira VCL da S, Madruga MDD. Conhecimento de enfermeiros que atuam na atenção básica à saúde acerca dos fitoterápicos da Renama. *Saúde Colet* [Internet]. 2019 [cited 2022 Dec 10];48:1350-1354, 2019. Available from: <https://doi.org/10.1590/1413-812320182311.23572016>.
19. Araujo AR, Chagas RKF, Lima ICS. Terapias alternativas para os cuidados dos sintomas da menopausa: delineando possibilidades e desafios. *R pesq cuid fundam online* [Internet]. 2021 [cited 2022 Nov 20];12:1267-73. Available from: <http://seer.unirio.br/cuidadofundamental/article/view/7967>.
20. Santos MA, Vilerá AN, Wysocki AD, Pereira FH, Oliveira DM, Santos VB. Sleep quality and its association with menopausal and climacteric symptoms. *Rev Bras Enferm* [Internet]. 2021 [cited 2022 Dec 10];74(Suppl 2):e20201150. Available from: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-1150>.
21. Beltramini ACS, Diez CAP, Camargo IO, Preto VA. Atuação do enfermeiro diante da importância da assistência à saúde da mulher no climatério. *Rev Min Enferm* [Internet]. 2010 [cited 2022 Dec 10];14(2): 166-174. Available from: <https://reme.org.br/artigo/detalhes/102#:~:text=0%20enfermeiro%20tem%20contato%20regular,e%20o%20manejo%20do%20climat%C3%A9rio.&text=A%20assist%C3%Aancia%20%C3%A0%20sa%C3%BAde%20da,relacionada%20ao%20seu%20ciclo%20reprodutivo>.
22. Moraes MLC de, Costa PB, Aquino P de S, Pinheiro AKB. Educação em saúde com prostitutas de Fortaleza: relato de experiência. *Rev. Eletr.*

Enferm. [Internet]. 2017 [cited 2022 Dec 10];10(4). Available from: <https://revistas.ufg.br/fen/article/view/46823>.

23. Silva, LWS, Barros FL, Botelho ZS, Moura LR, Araújo CMO, Silva NM et al. Mulher de meia-idade: desafios ao cuidado proximal na atenção básica em saúde. Revista Capim Dourado. 2021;4(1):145-185. Doi: <http://dx.doi.org/10.20873/uft-v4n1/12179>.

24. Silva GF, Lima LT, Carvalho RF, Santana PPC, França LCM. Mulheres climatéricas no ambiente de trabalho: Revisão integrativa da literatura. Res Soc Dev [Internet]. 2021 [cited 2022 Dec 10];10(8): e47310817514, 2021. Available from: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i8.17514>.

