

CAPÍTULO 7

ASPECTOS SOCIAIS E EMOCIONAIS DA MULHER NO CLIMATÉRIO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

THALITA DA SILVA MESSIAS¹

ALÉCIA SILVA LIMA²

CARLA GABRIELA LEAL CORREIA³

JULIANA VASCONCELOS MORAES DA SILVA³

RAFAELLA FERNANDA SILVA COELHO⁴

ROSA MÍSTICA VIEIRA DA SILVA⁵

MARIZIÊ WINK MACCARI OLIVEIRA⁶

LUANA DOS SANTOS ALVES⁷

LÍDIA ARAÚJO SILVA⁸

ALÍCEA LORRANY FÉLIX DA SILVA³

GIOVANNA LIMEIRA SILVA LIMA³

VITÓRIA LUIZA CAVALCANTI DE LIMA⁹

MILENA CORDEIRO DE FREITAS⁹

¹Discente - Serviço Social da Universidade Federal de Alagoas - Campus Arapiraca - Unidade Educacional de Palmeira dos Índios

²Discente – Serviço Social da Universidade Federal do Espírito Santo

³Discente – Enfermagem do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Pernambuco – Campus Pesqueira

⁴Discente – Serviço Social do Centro Universitário Estácio de São Luís

⁵Discente – Serviço Social do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará – Campus Iguatu

⁶Discente – Serviço Social da Universidade Federal do Rio Grande do Sul

⁷Psicóloga – Universidade de Fortaleza – UNIFOR

⁸Discente – Serviço Social da Universidade Federal do Maranhão - Campus São Luís

⁹Assistente Social – Faculdade Cearense

Palavras-chave: Mulher; Saúde da mulher; Climatério.

INTRODUÇÃO

A motivação para a realização deste estudo decorreu sobre o questionamento dos motivos pelo qual os aspectos sociais e emocionais na fase do climatério não são discutidos entre as mulheres, e não chegam a ser tratados com seriedade em termos de saúde pública. Sendo que é um assunto que gera um misto de desinformação, curiosidade e constrangimento devido ao preconceito social diante desse processo natural da vida de uma mulher.

Ao decorrer das últimas décadas, em decorrência com o crescimento progressivo da expectativa de vida da população mundial, a expectativa de vida no Brasil passou de 43,2 anos em (1950) para 64 anos em (1990), e com uma estimativa de 70 anos até o ano de 2025 (GALVÃO, 2007). Sendo que a expectativa de vida das mulheres normalmente ultrapassa a dos homens, justifica-se com o crescimento significativo vivenciado pela fase do climatério, onde torna-se esse assunto de grande importância para ser debatido em termos de saúde pública e abrange ao social.

A fase em que a mulher tem a transição da fase reprodutiva para a não reprodutiva, onde ocorre um declínio da função ovariana e a menopausa. Este processo, maioria das vezes, está associado com alterações que afetam além do seu bem-estar físico, assim também como o seu emocional, espiritual e social. O que é de suma importância enfatizar que o climatério é um processo de mudanças emocionais e físicas que sofre influência de fatores ao ambiente, da vida pessoal e familiar, à cultura, ao psiquismo, aos costumes e etc.

Além disso, a maioria das mulheres vivem hoje o climatério em silêncio, devido às poucas informações sobre essa etapa da vida e assim, continuam intensamente valorizando a beleza e a juventude à fertilidade, afetando negativa-

mente a construção da autoestima. Diante desses dados reforçar a necessidade de discutir sobre esse assunto, permitindo-lhe se manifestar diante dessa fase e de conhecerem seus corpos e aspectos culturais que envolvem esse tema. O climatério pode ser entendido como um processo normal de transição de vida, e a prevenção de desconfortos, principalmente emocionais, devem ser abordados.

No Brasil, há o Programa de Assistência Integral à Saúde da Mulher (PAISM), elaborado em 1983, foi resultado da Conferência Internacional de Alma Ata (1978, p. 16) e trouxe o compromisso referente às políticas relativas à saúde da mulher e à articulação dos grupos organizados de mulheres que o reivindicaram e explicita que: [...] sua condição de sujeitos de direito, com necessidades que extrapolam o momento da gestação e parto, demandando ações que lhes proporcionassem a melhoria das condições de saúde em todos os ciclos de vida. Ações que contemplassem as particularidades dos diferentes grupos populacionais, e as condições sociais, econômicas, culturais e afetivas, em que estivessem inseridos.

Consoante Serrão (2008), “O termo climatério, originado do grego “*Klimater*”, significa degrau e é utilizado para designar qualquer etapa vital encarada crítica” (BIFI, 2003 apud FAVARATO, 2001), e na vida das mulheres tem começo por volta dos 40 anos. Essa é fase biológica e inevitável da vida da mulher, contudo é considerada uma das fases mais críticas devido tanto às alterações fisiológicas ocasionadas no organismo feminino quanto pelo fator social, já que a mulher é associada ao fator reprodutivo e nem sempre no âmbito familiar, trabalhista e de comunitário é respeitada nesse período.

Segundo Ferrari (1996): “Primeiro sobrevivem os distúrbios menstruais, depois aparecem

os calorões e a instabilidade psíquica, e ainda, as modificações do aparelho reprodutor e urinário. Vários anos depois começam a observar as consequências da falta de hormônios ovarianos no aparelho cardiovascular e no esqueleto”.

Há aspectos sociais e emocionais da mulher no climatério que devem ser observados, ainda conforme Ferrari (1996), “[...] até a Revolução Industrial, a mulher menopáusica não tinha acesso ao mercado de trabalho, o que a tornava presa frequente da pobreza e da fome.” Mesmo quando passaram a ser aceitas enquanto operárias nas fábricas, viviam em péssimas condições trabalhistas, salariais, de vida e de exploração. Diante do exposto, é possível analisar o quanto historicamente a mulher no período do climatério foi estigmatizada e teve sua mão-de-obra usada enquanto mercadoria e não teve as fases de sua vida respeitadas, sendo indiscutível o quanto isso acarretou consequências negativas para suas vidas.

Os impactos emocionais nessa fase, segundo diversos estudos, perpassam a ansiedade, depressão, vulnerável/insegura, mal-estar, irritabilidade, insônia, medo da velhice, sensação de inutilidade, perda da feminilidade, baixa autoestima, entre outros, que com o devido esclarecimento e autoconhecimento dessa fase podem ser amenizados e/ou evitados.

Além do exposto, faz-se necessário que a família também receba orientações das equipes de saúde presentes nas Unidades Básicas de Saúde (UBS) sobre as mudanças que acontecem no organismo feminino e, com isso, contribuam para que o processo não desgaste emocionalmente a mulher e venha levá-la ao adoecimento mental que reverbera em sua convivência social. Segundo De Lorenzi (2008) aponta que “O climatério coincide frequentemente com a independência dos filhos, a aposentadoria e a perda de familiares, situações estas que demandam adap-

tações emocionais nem sempre fáceis para a mulher.”

Diante disso, o objetivo do estudo é analisar o impacto do climatério na vida das mulheres, haja vista que este é um problema de saúde pública que deve receber assistência social, familiar e médica. Com o avanço da ciência e dos estudos sobre esse período e sobre a saúde da mulher, conforme Ferrari (1996) traz que “Pouco a pouco, avançou-se na definição de medidas higiênicas que asseguram a melhora da qualidade de vida da mulher, cuja existência se prolongou quase trinta anos depois da menopausa”.

Portanto, urge-se estudar a saúde da mulher antes e durante o período de climatério para o desenvolvimento de possíveis intervenções, no intuito de proporcionar uma melhora na qualidade de vida das mulheres nesse período, suporte psicológico para a percepção da própria mulher acerca da fase vivenciada, informatização para prevenção de doenças, recuperação da saúde, cuidados médicos para o diagnóstico precoce e respeito à dignidade das fases que devem ser vivenciadas de acordo com as particularidades de cada mulher.

MÉTODO

Nas últimas décadas, na área da saúde, os profissionais interdisciplinares têm buscado constantemente o conhecimento científico baseado em evidências, desta forma garantindo o melhor cuidado aos pacientes e conhecimento aos profissionais envolvidos. A conjuntura atual tem orientado a necessidade destes profissionais a consumir e produzir conhecimentos científicos específicos das suas áreas e instrumentos de sua atuação profissional, destacando os diferentes contextos sociais que englobam as políticas públicas de saúde e garantindo o

acesso à informação de toda a sociedade através de pesquisas.

Diante disso, o presente estudo concerne em uma revisão integrativa de literatura, na qual, são métodos de pesquisa criteriosos que foram aplicados para fornecer os melhores conhecimentos produzidos nesta pesquisa. Segundo Souza *et al.*, (2010) “A revisão integrativa de literatura é um método que tem como finalidade sintetizar resultados obtidos em pesquisas sobre um tema ou questão, de maneira sistemática, ordenada e abrangente.” portanto, é denominada integrativa porque não apresenta apenas um resultado amplo, mas informações específicas sobre o assunto investigado, desta forma, produzindo uma dimensão mais profunda de conhecimento.

Segundo Botelho *et al.*, (2011) é a síntese e análise do conhecimento científico já produzido sobre o tema investigado, ou seja, quando se pretende obter informações avaliativas de trabalhos já produzidos anteriormente. Conforme Cunha *et al.*, (2014) “Um sumário da literatura, num conceito específico ou numa área de conteúdo, em que a pesquisa é sumariada (resumida), analisada, e as conclusões totais são extraídas”.

Foi utilizado o acrônimo PICO, o qual coloca a estratégia abordando população, interesse e contexto. Dessa forma, possibilita facilitar na construção adequada da pergunta da revisão de acordo com os objetivos (HASTINGS & FISHER, 2014). Diante disso, foi elaborada a seguinte questão norteadora: Quais são os impactos do climatério na vida da mulher?

A investigação dos artigos ocorreu no mês de outubro de 2022, nas bases de dados dos Periódicos Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), o qual é vinculado com outras bases, como: LILACS;

BDENF; MEDLINE; Index Psicologia; IBECs; Coleciona SUS, entre outros. Na busca fora colocado o descritor booleano “AND”. Foram selecionados os seguintes Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): Climatério, mulher, menopausa e saúde mental, sendo estes controlados e estiveram combinados conforme cada elemento da estratégia PICO.

Os artigos seguiram os critérios de inclusão: Idioma em português; ser artigo completo, original e gratuito; ter sido publicado nos últimos 05 anos (2018 - 2022) e que respondessem à questão norteadora. Foram excluídos: Relato de experiência, cartas ao autor, dissertações e teses e repetição nas bases de dados. Diante do exposto, foram encontrados 223 artigos, contudo com a filtragem realizada e a utilização dos critérios de inclusão e exclusão, foram selecionados cinco (05) artigos para análise no estudo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para a realização desse trabalho foram selecionados e incluídos cinco (05) artigos produzidos no período de 2019 até 2020. A fim de facilitar e tornar mais didático o estudo, foi elaborado o **Quadro 7.1** com as principais informações dos artigos selecionados. Após a análise, ficou evidente que o método mais utilizado nos trabalhos escolhidos foi principalmente a pesquisa bibliográfica, com os seguintes resultados: Três (03) com método de pesquisa bibliográfica, um (01) com método de pesquisa qualitativa e um (01) com método descritivo e exploratório. Ademais, é vital notar que quatro (04) dos cinco (05) artigos foram escritos por mulheres, o que representa que o tema debatido especificamente de mulheres, foi debatido por elas. Dessa forma, demonstrando um grau de empoderamento e de conhecimento acerca da temática.

Quadro 7.1 Apresentação dos artigos selecionados

ANO	TÍTULO	OBJETIVO	METODOLOGIA
2019	Climatério, enfrentamento e repercussões no contexto de trabalho: Vozes do extremo Norte do Brasil	Investigar as consequências do climatério no comportamento da mulher no seu locus laboral	Descritiva e exploratória
2020	Mulher: Climatério e menopausa - Efeitos na identidade e na sexualidade - Medidas Preventivas	Analisar os efeitos do climatério na identidade e sexualidade da mulher	Pesquisa bibliográfica
2020	Alterações na sexualidade da mulher no climatério	Analisar o comportamento psicológico e sociocultural da mulher no climatério	Pesquisa bibliográfica
2020	Retrato da violência física e sexual contra a mulher no climatério	Analisar as situações de violência física e sexual das mulheres em fase de climatério, diante dos registros das ocorrências realizadas na Delegacia Especializada no Atendimento a mulher em um município no interior da Bahia	Abordagem qualitativa, por meio de um estudo documental
2020	Impactos de um protocolo de exercícios na sexualidade e qualidade de vida de mulheres climatéricas	Analisar em como algumas condições desta fase podem diminuir a qualidade de vida da mulher	Pesquisa bibliográfica

Climatério *versus* ambiente de trabalho

Conforme Rapkevicz *et al.*, (2020) baseado nas contribuições do Ministério da Saúde (2004) o processo do climatério é um período biológico que se inicia a partir dos 40 anos e se estende até os 65 anos. Ele envolve diversas áreas da vida das mulheres como a vida amorosa, social, sexual e principalmente com o trabalho, pode até coincidir com o período de inserção no mercado de trabalho e até a aposentadoria. Fica evidente, portanto, que o climatério possui relação direta com o trabalho.

Além dos sintomas sofridos no climatério tais como ondas de calor, alterações nos órgãos sexuais, tonturas, diminuição da libido, as mulheres ainda sofrem com problemas vividos no ambiente de trabalho. Segundo Benetti & Sales (2019), em decorrência de longas e desgastantes jornadas de trabalho, sintomas como estresse, sofrimento, dores, desgaste físico e emo-

cional acabam fazendo parte do cotidiano de trabalhadoras e possivelmente transformando esse período de transição da menstruação para a menopausa em um período extremamente caótico. Dessa forma, é notável que as atividades laborais podem contribuir negativamente para as mulheres que vivenciam esse processo.

Dessa forma, é válido trazer que as alterações emocionais decorrentes do climatério podem interferir no ambiente de trabalho. Características como mudanças de humor, ansiedade e melancolia são frequentes em boa parte das mulheres e muitas possuem dificuldades para lidar com esses sintomas e algumas não conseguem nem identificá-lo (CAVALCANTE *et al.*, 2006). Assim, o ambiente de trabalho dessas mulheres pode sofrer abalos com o conflito entre mulher em período de climatério e demais profissionais, já que muitos desconhecem esse processo vivenciado por todas as mulheres.

Como forma de amenizar situações como essas, é indicado acompanhamento psicológico, a fim de buscar formas de amenizar esses problemas e contribuir positivamente para a melhora da saúde e qualidade de vida das trabalhadoras.

Sexualidade e qualidade de vida no climatério

Segundo Leite *et al.*, (2013) afirma que a sintomatologia climatérica envolve aspectos neuropsíquicos que frequentemente são os primeiros a surgirem, distúrbios vasomotores, que podem surgir com presença de cefaléia, ansiedade, depressão, fadiga, insônia, diminuição da libido, entre outros, o que contribui para dar-lhe contornos de distúrbio ou patologia. Além disso, as alterações hormonais causam grande desconforto nas mulheres, reduzindo sua capacidade produtiva, provocando alterações do sono, predispondo-as à fadiga, irritabilidade e mudanças de humor.

A influência das modificações biológicas sobre a sexualidade no climatério tem sido alvo de diversos estudos. As consequências endócrinas da diminuição da secreção de esteróides ovarianos têm sido apontadas como causas para alterações físicas que, por sua vez, provocam desconforto e alteram a resposta sexual. Apesar disso, a sexualidade no climatério é associada entre a vivência individual e a dinâmica da intimidade emocional e da satisfação no relacionamento (PINTO *et al.*, 2013).

Entretanto é válido trazer que a sexualidade não é sinônimo de sexo, pois não se resume apenas ao intercuro sexual. Sua manifestação ocorre de diversas formas através da interação entre pessoas, seja pelo contato físico, carícia, sensualidade, entre outras formas, que não apenas o ato sexual propriamente dito (COSTA *et al.*, 2008).

A sexualidade no climatério é composta por diversas transformações que envolvem a interação entre fatores biológicos, psicológicos e culturais, onde cada um vivencia sua sexualidade com particularidade, de forma respeitosa e prazerosa, livre de violência ou coerção. Faz-se necessário uma rede de apoio para essa mulher no climatério seja da família, do parceiro e também da equipe de saúde, em especial a enfermagem que possui um contado direto, com o papel de incentivar reflexões que desconstroem os estereótipos arraigados de feminilidade e masculinidade e que revogam a vivência da sexualidade (SANTOS *et al.*, 2014).

Como se pode observar, tratar acerca da qualidade de vida, em especial no período do climatério, pode ser visto por múltiplos olhares, seja da ciência, por meio de várias disciplinas, seja do senso comum, seja do ponto de vista objetivo ou subjetivo, seja em abordagens individuais ou coletivas. No âmbito da saúde, quando visto no sentido ampliado, ele se apoia na compreensão das necessidades humanas fundamentais, materiais e espirituais e tem seu foco mais relevante no conceito de promoção da saúde (SEIDL *et al.*, 2004). Assim, a qualidade de vida perpassa a ideia de viver sem doenças ou de passar por dificuldades de condições de morbidades, visto que está ampliado em múltiplas esferas, dessa forma, no climatério as mulheres buscam e necessitam de uma atenção mais adequada para esse período.

Sexualidade e violência física e sexual contra a mulher no período de climatério

De acordo com Guedes *et al.*, (2020) o climatério é um período onde a mulher perpassa por diversas alterações hormonais que refletem na sua sexualidade, o que pode conduzir a um sexo forçado pela falta de compreensão e co-

nhecimento do seu parceiro. São levantadas algumas hipóteses acerca das pequenas quantidades de denúncias dessas mulheres no climatério, como o não reconhecimento da violência ou vergonha das mesmas em relação a essa temática, e este tipo de violência poderia ser representada por grandes percentuais de ocorrências.

Tanto homens quanto mulheres sofrem pelo desequilíbrio hormonal ao longo dos anos. Nos homens, as mudanças observadas na forma do corpo têm menos efeito na resposta e desejo sexual. À medida que os níveis de testosterona diminuem, a atividade sexual diminui, contudo, esse declínio é lento e os efeitos sexuais tornam-se graduais, visto que os fatores socioculturais influenciam diretamente sem superestimar as mudanças físicas. Quedas repentinas nos níveis hormonais femininos, mudanças físicas marcantes e presas da juventude, celebradas e exigidas pela sociedade, diminuem sua autoestima, dificultando a manutenção da atividade sexual.

Esse pode ser o principal motivo pelo qual as vítimas não reconhecerem a relação sexual praticada sem a sua vontade como um ato de violência. Infelizmente muitas vítimas não têm acesso a essas informações, devido a propagação social, onde homens e mulheres já possuem suas funções predestinadas. Sendo assim, a mulher pode ter em mente que seu dever é aceitar a prática sexual independente da sua libido, para cumprir seu papel de esposa ou companheira (DOS SANTOS *et al.*, 2014).

Diante da análise das ocorrências observadas nos estudos, que foram registradas pelas mulheres vítimas de violência sexual e física no climatério, observou-se o quanto a violência causa impactos, afetando tanto a vítima quanto às pessoas do seu convívio. A integridade física também acaba sendo comprometida, bem como a autonomia feminina em relação a sua própria

sexualidade. Apesar da violência sexual ser representada por poucas denúncias, não se pode generalizar que esse tipo de violência não seja frequente no climatério, sendo suposto que muitas mulheres não se sentem seguras ou confortáveis para expor sua intimidade e denunciar o agressor (GUEDES *et al.*, 2020).

Portanto, deve-se levar em conta que a violência é um problema de saúde pública, e assim, medidas educativas e de conscientização da população, principalmente do público masculino, são mais que essenciais. Rodas de conversa e campanhas de educação em saúde podem ser incluídas para tentar expandir a igualdade de gênero e reduzir ou eliminar a menopausa e a violência contra a mulher em todas as fases da vida.

Portanto, evidencia-se que as alterações vivenciadas pela mulher no período do climatério impactam primordialmente na qualidade de vida, tendo prejuízo social, biológico e psicológico. Acresce ainda que o impacto causado pela queda da produção de estrogênio e progesterona distancia a mulher dos aspectos que compõem sua identidade e construção de gênero, a intensidade dos sintomas afasta do indivíduo prazeres presentes no seu cotidiano, no que tange sexualidade, relações sexuais, imagem de si perante o outro, desempenho profissional, dentre outros.

Entende-se ainda que a autonomia feminina perante sua sexualidade sofre prejuízos nas climatéricas, principalmente aquelas que mantêm uma relação conjugal, tornando-as susceptíveis a prejuízos na sua integridade física. Portanto, a diminuição ou perda da libido além de causar repercussões a nível intrínseco também tende a interferir nas relações emocionais, tratando-se de uma sociedade patriarcal que torna o corpo feminino objeto de prazer essa repercussão vai além de uma interferência na relação, também

pode coexistir junto à violência sexual, física e psicológica.

CONCLUSÃO

Diante dos fatos expostos, constata-se que o climatério é um processo natural que perpassa pela vida das mais diversas mulheres. Caracteriza-se como um período de transição da vida adulta para a velhice, marcado pela imbricação da instabilidade hormonal e emocional, associadas aos fatores sociais e psicológicos. Assim, foi possível perceber que essa fase é demarcada pelas mudanças de humor, adoecimento mental, vulnerabilidades, e alterações endócrinas, provocando consequências na vida pessoal, nas relações sociais, no ambiente de trabalho e de estudo, na sexualidade, além de estarem sucessíveis também a violência física e sexual.

Ademais, identifica-se que debater sobre o climatério ainda é um grande tabu na sociedade, na qual muitas mulheres não apresentam conhecimento sobre esse período, além de ser negligenciado pelos arranjos familiares e até profissionais. Por isso, se faz de extrema importância produzir cada vez mais estudos sobre tal temática, a fim de democratizar o conhecimento sobre esse processo e demonstrar que precisa sim ser debatido e compartilhado com os diferentes tipos de públicos, afinal é uma questão de saúde pública.

Nessa lógica, o presente estudo colaborou para pontuar as principais questões e dúvidas

sobre o climatério, abordando a importância da conscientização crítica e coletiva sobre a saúde da mulher, compreendendo que essa temática impacta na qualidade de vida, mental e física, do corpo feminino.

Dessa forma, deve-se pensar em políticas públicas em saúde da mulher de forma coerente e ativa, além de colocar em prática. É necessário que todas as pessoas estejam envolvidas nessa temática abordada nesse estudo em busca de informações e qualidade de vida, quebrando assim o tabu ainda existente. Dessa forma, é fundamental ter espaços de falas e partilhas acerca dessa temática, com a intenção de amenizar os aspectos sociais, pessoais, físicos, psicológicos, familiares dentre outros que acometem a vida das mulheres, trazendo-lhes malefícios como já citados ao decorrer deste trabalho, a, exemplo, depressão, ansiedade, alterações hormonais, baixa autoestima e assim por diante.

Outrossim, a mulher não precisa passar por essa etapa da vida sozinha e assim, ela não precisa ser bombardeada de sofrimento e angústia, visto que o climatério é uma etapa natural da vida. A mulher precisa ser ouvida, acolhida e cuidada pela sociedade e profissionais de saúde competentes. Devemos demonstrar respeito ao que a mulher está passando ou irá passar no momento de transição da vida adulta para a velhice envolvendo o climatério. Portanto, é necessário buscar conhecimentos sobre o assunto, além de partilhar com o propósito de ser solidário com o percurso das mulheres no climatério.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BENETTI, I.C. *et al.* Climatério, enfrentamento e repercussões no contexto de trabalho: Vozes do Extremo Norte do Brasil. *Revista Kairós-Gerontologia*, v. 22, n. 1, p. 123-146, 2019.
- BIFFI, E.F.A. Saúde mental e climatério na perspectiva de mulheres profissionais de saúde. 2003. 144p. Tese (Doutorado em Enfermagem). Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto; Ribeirão Preto; São Paulo.
- BOTELHO, L.L.R. *et al.* O método da revisão integrativa nos estudos organizacionais. *Gestão e sociedade*, v. 5, n. 11, p. 121-136, 2011.
- BRASIL. Ministério da Saúde (BR). Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da Mulher: Princípios e diretrizes. Brasília (DF), 2004.
- CAVALCANTE, S.M.B.S. *et al.* O climatério e sua relação com a saúde e o ambiente de trabalho. *Revista Brasileira em Promoção da Saúde*, v. 19, n. 3, p. 140-147, 2006.
- COSTA, G.M.C. & GUALDA, D.M.R. Conhecimento e significado cultural da menopausa para um grupo de mulheres. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, v. 42, p. 81-89, 2008.
- CUNHA, P.L.P. *et al.* Manual de revisão bibliográfica sistemática integrativa: A pesquisa baseada em evidências. Ânima Educação, Equipe EAD, Belo Horizonte, 2014.
- DE LORENZI, D.R.S. Avaliação da qualidade de vida no climatério. *Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia*, v. 30, p. 103-106, 2008.
- DO AMARAL, M.T.P. *et al.* Impacto de um Protocolo de exercícios na sexualidade e qualidade de vida de mulheres climatéricas. *ABCS Health Sciences*, v. 45, p. 1263-1263, 2020.
- DOS SANTOS, S.M.P. *et al.* A vivência da sexualidade por mulheres no climatério. *Revista de Enfermagem da UFSM*, v. 4, n. 1, p. 113-122, 2014.
- FAVARATO, MEC de S. & ALDRIGHI, J.M. A mulher coronariopata no climatério após a menopausa: Implicações na qualidade de vida. *Revista da Associação Médica Brasileira*, v. 47, p. 339-345, 2001.
- FERRARI, R.P. Menopausa hoje: Um guia para a mulher madura viver plenamente. Porto Alegre: L&ppm, 1996.
- GALVÃO, L.L.L.F. *et al.* Prevalência de transtornos mentais comuns e avaliação da qualidade de vida no climatério. *Revista da Associação Médica Brasileira*, v. 53, p. 414-420, 2007.
- GUEDES, C.A. *et al.* Retrato da violência física e sexual contra a mulher em fase de climatério. *Revista Saúde.com*, v. 16, n. 1, 2020.
- HASTINGS, C. & FISHER, C.A. Searching for proof: Creating and using an actionable PICO question. *Nursing management*, v. 45, n. 8, p. 9-12, 2014.
- JURBERG, M.B. *et al.* Mulher: Climatério e menopausa-efeitos na identidade e na sexualidade: aspectos sócio-psicológicos. *Revista Brasileira de Sexualidade Humana*, v. 14, n. 2, 2003.
- LEITE, M.T. *et al.* O homem também fala: O climatério feminino na ótica masculina. *Revista Eletrônica de Enfermagem*, v. 15, n. 2, p. 344-51, 2013.
- MITCHELL, S.A. *et al.* A thematic analysis of theoretical models for translational science in nursing: Mapping the field. *Nursing Outlook*, v. 58, n. 6, p. 287-300, 2010.
- PELLEGRINI JÚNIOR, O. Alterações na sexualidade da mulher no climatério. *Revista Brasileira De Sexualidade Humana*, v. 10, n. 1, 1999.
- PINTO NETO, A.M. *et al.* Climatério e sexualidade. *Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia*, v. 35, p. 93-96, 2013.
- RAPKEVICZ, J.D. *et al.* Fatores associados à qualidade de vida em mulheres idosas pós-menopausa. *Saúde e pesquisa*, p. 779-787, 2020.
- SEIDL, E.M.F. & ZANNON, C.M.L.C. Qualidade de vida e saúde: Aspectos conceituais e metodológicos. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 20, p. 580-588, 2004.
- SERRÃO, C. (Re)pensar o climatério feminino. *Análise Psicológica*, v. 1, p. 15-23, 2008.
- SILVA ASSUNÇÃO, D.F. *et al.* Qualidade de vida de mulheres climatéricas. *Revista da Sociedade Brasileira de Clínica Médica*, v. 15, n. 2, p. 80-83, 2017.
- SOUZA, M.T. *et al.* Revisão integrativa: O que é e como fazer. *Einstein (São Paulo)*, v. 8, p. 102-106, 2010.