

RECISATEC – REVISTA CIENTÍFICA SAÚDE E TECNOLOGIA
ISSN 2763-8405

AS REPERCUSSÕES DO CLIMATÉRIO E MENOPAUSA NA SEXUALIDADE FEMININA

THE REPERCUSSIONS OF CLIMATE AND MENOPAUSE IN FEMALE SEXUALITY

LAS REPERCUSIONES DEL CLIMATERIAL Y LA MENOPAUSIA EN SEXUALIDAD FEMENINA

Amanda dos Santos Souza[1], Edivania de Almeida Costa[1], Alisséia Guimarães Lemes[1], Patricia Fernandes Massmann[1], Elias Marcelino da Rocha[1]

e31241
https://doi.org/10.53612/recisatec.v3i1.241

PUBLICADO: 01/2023

RESUMO
Objetivo: Debater as principais repercussões do climatério e menopausa na sexualidade feminina, bem como, elucidar o melhor cenário para o conhecimento científico. Método: Trata-se de uma pesquisa bibliográfica onde foram encontrados 1.382 artigos, em cinco periódicos nacionais publicados entre 2018 e 2020. Resultados: A revisão trouxe que nem sempre há uma distinção clara por homens e mulheres quanto aos termos climatério e menopausa. Ficou notório que no climatério as mulheres queixam de sintomas tanto biológicos quanto psicológicos, os quais influenciam diretamente na qualidade de vida, em contrapartida, muitas destas não procuram tratamento para reposição hormonal e desconhecem que esses sintomas merecem atenção profissional. A disfunção sexual, na maioria dos casos, está associada aos sintomas somato-vegetativos e urogenitais. Considerações: Há necessidade de mais estudos sobre a temática, para evidenciar melhor o panorama e oportunizar capacitação aos profissionais de saúde. O estudo traz contribuição para equipe multiprofissional, pois esclarece o cenário quanto à temática, permitindo a compreensão quanto a necessidade de estratégias e atendimentos direcionados para promoção da saúde da mulher nesta fase da vida.

PALAVRAS-CHAVE: Climatério. Menopausa. Mulher. Sexualidade.

ABSTRACT
Objective: To discuss the main repercussions of climacteric and menopause on female sexuality, as well as to elucidate the best scenario for scientific knowledge. Method: This is a bibliographical research where 1,382 articles were found in five national journals published between 2018 and 2020. Results: The review showed that there is not always a clear distinction by men and women regarding the terms climacteric and menopause. It was notable that in the climacteric women complain of both biological and psychological symptoms, which directly influence the quality of life, on the other hand, many of them do not seek treatment for hormone replacement and are unaware that these symptoms deserve professional attention. Sexual dysfunction, in most cases, is associated with somatovegetative and urogenital symptoms. Considerations: There is a need for further studies on the theme, to better highlight the panorama and provide training to health professionals. The study brings contribution to the multidisciplinary team, because it clarifies the scenario regarding the theme, allowing the understanding of the need for strategies and care directed to promote women's health in this phase of life.

KEYWORDS*: Climacteric. Menopause. Women. Sexuality.*

RESUMEN
Objetivo: Discutir las principales repercusiones del climaterio y la menopausia en la sexualidad femenina, así como dilucidar el mejor escenario para el conocimiento científico. Método: Se trata de una investigación bibliográfica donde se encontraron 1.382 artículos en cinco revistas nacionales publicadas entre 2018 y 2020. Resultados: La revisión mostró que no siempre hay una distinción clara entre hombres y mujeres con respecto a los términos climaterio y menopausia. Se destacó que en el climaterio las mujeres se quejan de síntomas biológicos y psicológicos, que influyen directamente en la calidad de vida, por otro lado, muchas de ellas no buscan tratamiento para el

[1] Universidade Federal de Mato Grosso - UFMT.



RECISATEC – REVISTA CIENTÍFICA SAÚDE E TECNOLOGIA
ISSN 2763-8405

reemplazo hormonal y no son conscientes de que estos síntomas merecen atención profesional. La disfunción sexual, en la mayoría de los casos, se asocia con síntomas somatovegetativos y urogenitales. Consideraciones finales: Se necesitan más estudios sobre el tema, para resaltar mejor el panorama y proporcionar capacitación a los profesionales de la salud. El estudio aporta contribución al equipo multidisciplinario, ya que aclara el escenario con respecto al tema, permitiendo la comprensión de la necesidad de estrategias y cuidados dirigidos a promover la salud de la mujer en esta fase de la vida.

PALABRAS CLAVE: *Climatérico. Menopausia. Mujeres. Sexualidad.*

INTRODUÇÃO

A origem dos conceitos de climatério e menopausa, surgiu no século XIX, a partir de um artigo publicado em 1816, denominado *La menopausie*, desde então este tema vem ganhando relevância nos últimos anos. Com a apropriação do conceito de menopausa pelo modelo biomédico, na década de 1920, esta passou a ser definida por uma queda na produção do hormônio estrogênio (VIGETA; BRETÃS, 2004). No entanto, quando esse tema está associado à sexualidade ainda se tem uma deficiência muito grande em publicações científicas.

As mulheres nascem com dois ovários, cujo existem diversos folículos com número limitado, que serão os futuros óvulos. Quando esse número cessa ou está próximo do fim, o organismo entra na menopausa. Esses folículos produzem dois hormônios, o estrogênio e a progesterona. Entre 40 e 50 anos, a progesterona deixa de ser fabricada gerando o primeiro sintoma a irregularidade menstrual, inicialmente os ciclos se tornam mais curtos e após ocorrem atrasos menstruais, originando outros sintomas como irritabilidade, nervosismo e insônia. Essa fase inicial é chamada de climatério ou pré menopausa (BRASIL, 2016).

O climatério compreende uma fase biológica da vida e não um processo patológico, trata-se da transição entre o período reprodutivo e o não reprodutivo da vida da mulher, algumas mulheres passam por essa fase sem queixas ou necessidade de medicamentos, outras têm sintomas que variam na sua diversidade e intensidade. Já a menopausa é um marco dessa fase, correspondendo ao último ciclo menstrual, sendo reconhecida depois de 12 meses consecutivos de amenorréia, ocorrendo geralmente em torno dos 48 aos 50 anos de idade (SMAIL; JASSIM; SHAKIL, 2019).

Entre as características de mudanças decorrentes do processo da menopausa, destacam-se algumas alterações hormonais e fisiológicas, como: ausência do ciclo menstrual, urgência miccional, disúria, ondas de calor (fogachos), diminuição do prazer sexual, dispareunia, e eventos emocionais como depressão, o prejuízo no funcionamento físico, saúde mental e psicológica afetadas. Essas alterações estão presentes na maior parte das mulheres, interferindo em sua qualidade de vida e saúde, em alguns casos impossibilitando a realização de suas atividades diárias, dificultando também os relacionamentos interpessoais e impactando consideravelmente no bem-estar (FERREIRA; SILVA; DE ALMEIDA, 2015).



RECISATEC – REVISTA CIENTÍFICA SAÚDE E TECNOLOGIA
ISSN 2763-8405

Segundo o estudo de Da Silva, Dias e Oliveira (2019), dentre essas inúmeras alterações sofridas no período climatérico, o fogacho foi a queixa mais presente em todas as entrevistadas, consequentemente podendo gerar estresse, irritabilidade e muitas vezes a privação do sono.

Dos Santos *et al*., (2021) identificaram que as mulheres com menopausa apresentavam má qualidade do sono, tendo como consequência maior severidade dos sintomas da menopausa. Sendo assim, os problemas do sono devem ser efetivamente analisados entre as mulheres junto com outros sintomas da menopausa, com a finalidade de garantir melhor saúde, qualidade de vida e produtividade às mulheres na meia-idade.

Muitas mulheres no climatério são afetadas em sua qualidade de vida de modo negativo, tornando essa fase difícil, devido às diversas modificações, à falta de informação ou acompanhamento (DA SILVA; DIAS; OLIVEIRA, 2019).

Durante este período de climatério e menopausa, ocorrem diversas alterações endócrinas que podem afetar a qualidade de vida e causar desejo sexual hipoativo nas mulheres. Fatores como condições sociais ou estressores também são relevantes no declínio do desejo sexual e devem ser observados principalmente no tratamento da mulher na menopausa. A dispareunia relacionada ao hipoestrogenismo pode causar rejeição da atividade sexual. Nesse aspecto, uma sugestão de tratamento pode ser a terapia local, como o uso de testosterona transdérmica. Outra alternativa significante é o uso de hidratantes e lubrificantes vaginais, os quais são seguros para diminuir ou evitar a dor sexual durante a penetração vaginal (LARA *et al.,* 2021).

Para ter uma qualidade de vida sexual é necessária uma harmonia entre o ciclo de resposta sexual humana, este ciclo foi descrito pela primeira vez por Master e Johnson em 1979 e aperfeiçoado por Kaplan em 1983, e é constituído em 4 fases: (1) fase do desejo, (2) fase da excitação, (3) fase de orgasmo e (4) fase de resolução. O desejo sexual consiste nas fantasias, já a excitação equivale em uma sensação subjetiva de prazer e modificações fisiológicas, o orgasmo advém do pico de prazer sexual, liberação da tensão sexual e contração ritmada da musculatura do períneo e órgãos reprodutores, e a fase de resolução é o desfecho, ou seja, sensação generalizada de relaxamento e bem-estar (RODRIGUES *et al.,* 2021).

O aumento da disfunção sexual nas mulheres pós menopausa sugere maior atenção médica à saúde sexual em cada consulta ginecológica, porque ainda hoje o climatério é caracterizado pelo preconceito contra a mulher, medos e mitos. Em função de fatores educacionais, muitas mulheres acabam sendo submetidas à prática sexual de forma insatisfatória. O conhecimento minucioso sobre o climatério tem grande relevância para a promoção de uma melhor qualidade de vida (CRUZ; NINA; FIGUERÊDO, 2017).

Contudo, este estudo visa debater por meio de uma revisão de literatura, as principais repercussões do climatério e menopausa na sexualidade feminina. A fim de elucidar melhor o cenário e trazer conhecimento científico para a população, oportunizando capacitação aos profissionais de saúde para lidar com essa demanda nos diferentes níveis de atenção à saúde.

MÉTODO

Trata-se de uma revisão de literatura ancorada no projeto de extensão "SASEX – Saúde e Sexualidade", da Universidade Federal de Mato Grosso (UFMT), desenvolvido no segundo semestre de 2021, em cinco periódicos nacionais entre o ano de 2018 a 2020, como uma ação de extensão, a fim de capacitar a equipe para discorrer sobre a temática.

A questão norteadora desta pesquisa foi: Quais as possíveis repercussões do climatério e menopausa na sexualidade feminina? Sendo as mulheres acima de 40 anos a população alvo, o climatério e a menopausa, a intervenção avaliada e as possíveis repercussões para a sexualidade.

Realizou-se uma busca sistemática utilizando como descritores: menopausa, sexualidade e climatério, nos seguintes periódicos: Revista Brasileira de Sexualidade Humana, Revista da Escola de Enfermagem da USP, *Journal Health* NPEPS, Revista Enfermagem em Foco e Escola Anna Nery Revista de Enfermagem, a fim de garantir abrangência da revisão. Foram encontrados 1.382 artigos, dos quais somente três foram selecionados para este estudo, pois contemplaram os objetivos propostos, sendo um transversal e dois qualitativos.

A busca nos periódicos foi realizada durante o segundo semestre de 2021. Os critérios de inclusão foram: artigos disponibilizados na íntegra, publicados entre janeiro de 2018 a dezembro 2020 e com temática compatível que permitisse responder à questão de estudo e o objetivo da revisão. Foram excluídos todos os artigos que estavam fora do período de publicação elegido e artigos que não abordavam o tema proposto.

Inicialmente, realizou-se a leitura minuciosa dos títulos das publicações encontradas nas revistas selecionadas. Foram excluídos os artigos que não correspondiam aos critérios de inclusão. Em seguida, procedeu-se a leitura dos resumos dos artigos restantes e foram realizados os mesmos procedimentos de exclusão aplicados aos títulos. Por fim, os artigos selecionados foram lidos na íntegra. Desse modo, após avaliação destas publicações, apenas os artigos diretamente relacionados ao tema e a questão norteadora desta revisão foram selecionados para compor o estudo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após verificação criteriosa das referências bibliográficas, as principais características (título, autores, ano de publicação, periódico, delineamento, objetivos e principais resultados) dos artigos selecionados para a revisão foram sistematizadas em uma tabela visando auxiliar a análise.

Dos três artigos selecionados todos (100%) estavam em língua portuguesa, em relação ao ano de publicação (33,3%) foi publicado em 2018, (33,3%) em 2019 e (33,3%) em 2020. Todos os estudos foram realizados no Brasil (100%), sobre a natureza dos estudos, houve prevalência dos estudos com abordagem qualitativa (66,6%) e apenas (33,3%) com abordagem transversal. Na temática, as principais linhas investigadas foram as repercussões do climatério e menopausa na sexualidade feminina.

RECISATEC – REVISTA CIENTÍFICA SAÚDE E TECNOLOGIA
ISSN 2763-8405

Número de artigos encontrados inicialmente na busca: 1.382

Revista Brasileira de Sexualidade Humana (RBSH): 64

Revista da Escola de *Enfermagem* da *USP* – REEUSP*:* 351

Journal Health NPEPS (UNEMAT) – Tangará da Serra*:* 147

Revista Enfermagem em Foco: 508

Escola *Anna Nery Revista* de Enfermagem: 312

Excluídos com base nos títulos: 1378

Revista Brasileira de Sexualidade Humana (RBSH): 63

Revista da Escola de Enfermagem da USP – REEUSP*:* 350

Journal Health NPEPS (UNEMAT) – Tangará da Serra*:* 147

Revista Enfermagem em Foco: 506

Escola Anna Nery Revista de Enfermagem: 312

Artigos selecionados para leitura na íntegra: 4

Revista Brasileira de Sexualidade Humana (RBSH): 1

Revista da Escola de *Enfermagem* da *USP* – REEUSP*:* 1

Revista Enfermagem em Foco: 2

Excluídos com base nos textos completos: 1

Revista da Escola de *Enfermagem* da *USP* – REEUSP*:* 1

Composição final do estudo: 3

Revista da Escola de *Enfermagem* da *USP* – REEUSP*:* 1

Revista Enfermagem em Foco: 2

Quadro 1- Distribuição dos artigos científicos segundo periódico, ano de publicação, autoria, título, delineamento, objetivos e resultados.

PERIÓDICO/ ANO	AUTORIA/ TÍTULO	DELINEAMENTO	OBJETIVOS	RESULTADOS
Revista Enfermagem em Foco, 2020.	ALCÂNTARA; NASCIMENTO; OLIVEIRA. CONHECIMENTO DAS MULHERES E DOS HOMENS REFERENTE AO CLIMATÉRIO E MENOPAUSA	Qualitativo	Conhecer o que as mulheres e os homens com vínculo trabalhista ou estudantil da Universidade Federal de São João del-Rei, Campus Centro-	A distinção entre climatério e menopausa nem sempre é clara para os participantes, sendo desconhecidas, especialmente, pelos participantes do sexo masculino. Além disso, o climatério é um período em que as mulheres se

			Oeste, sabem sobre o climatério e menopausa.	queixam de vários sintomas, tanto biológicos quanto psicológicos.
Revista Brasileira de Sexualidade Humana, 2019.	AQUINO, *et al.* FATORES ASSOCIADOS A DISFUNÇÕES SEXUAIS NO CLIMATÉRIO	Transversal	Verificar se há diferença na prevalência de disfunção sexual e nos escores dos domínios sexuais segundo *status* menopausal e avaliar quais sintomas climatéricos estão associados à disfunção.	A prevalência global de disfunção sexual (IFSF ≤ 26,5) foi de 42,9%. Segundo estado menopausal, não houve diferença significativa na prevalência de disfunção sexual (37,9 e 53,8%, p = 0,234), mas houve diferença significativa nos domínios da lubrificação (5,1 e 3,9 p = 0,003 e D = 0,750) e excitação (3,3 e 2,7 p = 0,006 e D = 0,673). No grupo pós-menopausa, verificou-se disfunção sexual em 50% das mulheres com sintomas climatéricos severos. Maior frequência de disfunção foi associada a sintomassomato vegetativos (92,9%, 50%, p = 0,036) e urogenitais (92,9%, 58,3%, p = 0,018).
Revista Enfermagem em Foco, 2018.	VIEIRA, et al. VIVENCIANDO O CLIMATÉRIO: PERCEPÇÕES E VIVÊNCIAS DE	Qualitativo	Aprender as percepções de mulheres que vivenciam o climatério.	As percepções das mulheres que vivenciam o climatério resultaram em duas categorias: Vivenciando o climatério e a menopausa: sinais e

	MULHERES ATENDIDAS NA ATENÇÃO BÁSICA			sintomas; e Tratamento utilizado no climatério. Observou-se a influência direta dos sinais e sintomas na qualidade de vida dessas mulheres e muitas vezes a não procura por reposição hormonal devido ao desconhecimento.

No estudo "Vivenciando o climatério: percepções e vivências de mulheres atendidas na atenção básica", Vieira *et al*., (2018), trouxe um estudo qualitativo, a fim de aprender quais as percepções de mulheres que vivenciam o climatério na Unidade Básica de Saúde de um município do Noroeste do Paraná. Os dados foram coletados por meio de entrevista com 16 mulheres com idade entre 45 e 65 anos, em dezembro de 2016. Observou-se a influência direta dos sinais e sintomas na qualidade de vida dessas mulheres e muitas vezes a não procura por reposição hormonal por conta do desconhecimento. Os autores ressaltam a necessidade de acolhimento e atendimento integral à mulher como parte da rotina de cuidado dos profissionais, especialmente na Atenção Básica (AB), oportunizando o conhecimento das necessidades particulares e o planejamento de ações de cuidado.

De acordo com De Souza *et al.,* (2017) averiguou-se que as mulheres não procuram assistência profissional, primeiramente, 76,5% das mulheres dizem não encontrar atendimento que seja direcionado a elas nesse período e por acharem que as modificações dessa fase não merecem atenção profissional, e apenas 17,6% disseram ter recebido orientação por parte da enfermagem através de palestras, sem, no entanto, haver um programa específico para as demandas da mulher em fase de climatério e efetivamente 94,1%, manifestou o desejo de ter acesso a um serviço que as ajude na transição da fase reprodutiva para a não reprodutiva.

A pesquisa de Melo, Silva e Giotto, (2019), contempla o estudo acima citado em relação a necessidade de promoção de saúde realizada por meio da consulta de enfermagem que deve fazer presente na AB por meio de ações de enfermagem, com a finalidade de auxiliar a mulher que vivencia o climatério através de seu reconhecimento de situação, sendo as estratégias que podem ser utilizadas, os grupos focais, as reuniões e as entrevistas.

Em uma investigação transversal, Aquino *et al.,* (2019) verificaram haver diferença na prevalência de disfunção sexual e nos escores dos domínios sexuais segundo *status* menopausal e avaliou quais sintomas climatéricos estão associados à disfunção. A prevalência global de disfunção sexual foi de 42,9%. Segundo o estado menopausal, não houve diferença significativa na prevalência de disfunção sexual, mas houve diferença significativa nos domínios da lubrificação e excitação. No

grupo pós-menopausa, verificou-se disfunção sexual em 50% das mulheres com sintomas climatéricos severos. A maior frequência de disfunção foi associada a sintomas somato vegetativos e urogenitais.

Em consonância com este estudo de Silva *et al.,* (2020) em Castanhal-PA, identificaram que em relação aos sintomas somato vegetativos (dispneia, insônia, arritmia e disfunções musculares), 31% das mulheres sedentárias mostraram sintomatologia ocasional ou ausente, 56% sintomatologia leve e 13% moderada. Por outro lado, o grupo fisicamente ativo mostrou 53% sintomatologia ocasional ou ausente e 47% leve. Nenhuma das participantes fisicamente ativas apresentou sintomatologia moderada ou severa. Dessa forma, conclui-se que a maioria das mulheres menopáusicas fisicamente ativas, apresentou ausência de sintomas para esse domínio. Em relação aos sintomas urogenitais (disfunções sexuais, dificuldade em urinar, ressecamento vaginal, entre outros). Identificou-se que 25% das mulheres menopáusicas sedentárias apresentaram sintomatologia ocasional ou ausente, 56% leve, 13% moderada e 6% severa. Todavia, entre as fisicamente ativas 41% apresentaram sintomatologia ocasional ou ausente, 47% leve e 12% moderada. Nenhuma das mulheres pós-menopáusicas fisicamente ativas, participantes da pesquisa, apresentaram grau de severidade para esse domínio. Sendo assim, a prática regular de exercícios físicos diminui os sintomas somato-vegetativos e urogenitais em mulheres climatéricas e menopáusicas.

Em um estudo qualitativo, realizado por De Alcântara, Do Nascimento e Oliveira (2020) com a finalidade de conhecer o que as mulheres e os homens da Universidade Federal de São João del-Rei, MG, sabem sobre o climatério e menopausa. Observou-se que há uma defasagem no conhecimento das mulheres referente ao climatério e à menopausa. Notou-se o desconhecimento total dos homens referente ao climatério, e poucos sabem o que é a menopausa. Sendo assim, evidencia-se a necessidade de mais estudos que busquem explorar a temática menopausa/climatério.

O estudo de Leite *et al.,* (2020) corroboram com o estudo acima citado, pois elucida que são escassos os conhecimentos prévios das mulheres sobre o processo de menopausa e climatério, bem como confirmaram as hipóteses de não haver saberes sobre as diferenças dessas duas fases por elas. Essa característica contribui para que não sejam identificadas por elas a relação entre os sintomas pelas quais apresentam o início tanto do climatério quanto da menopausa, o que gera dúvidas acerca da temática. O conhecimento prévio é um fator primordial para intensificação da qualidade de vida nesse período, pois ajudam a lidar com os desconfortos causados pelos sintomas e consequentemente potencializar ações de satisfação sexual, envelhecimento saudável e aceitação dessas fases.

CONSIDERAÇÕES

Nota-se falta de conhecimento por homens e mulheres pelos termos “climatério e menopausa” o que contribui para aumento de dúvidas acerca da temática. A sexualidade no período

de climatério e menopausa é mediada por numerosas transformações, correlacionadas aos fatores biológicos, psicológicos e culturais. A influência destas transformações no indivíduo provém da maneira como cada mulher vivencia sua sexualidade.

Há influência direta dos sinais e sintomas na qualidade de vida das mulheres climatéricas e menopáusicas e muitas não procuram por reposição hormonal por conta do desconhecimento, falta de atendimento direcionado e crença de que esses sintomas não merecem atenção profissional. A disfunção sexual, na maioria dos casos, está associada aos sintomas somato vegetativos e urogenitais, estes podem estar relacionados na maioria dos casos ao sedentarismo.

Conclui-se que há necessidade de mais estudos sobre a temática, a fim de elucidar melhor o panorama e trazer conhecimento científico para a população, oportunizando capacitação aos profissionais de saúde para lidar com essa demanda na atenção básica. O estudo traz contribuição para a enfermagem, pois esclarece o cenário quanto a temática proposta, permitindo a compreensão quanto a necessidade de ações, estratégias e atendimentos direcionados para promoção da saúde da mulher em todas as fases da vida.

REFERÊNCIAS

AQUINO, K. S. J.; PRADO, D. S.; SANTOS, B. R.; BARRETO, I. D. C. Fatores associados a disfunções sexuais no climatério. **Revista Brasileira de Sexualidade Humana,** v. 29, n. 2, p. 36-46, 2018. Disponível em: https://www.rbsh.org.br/revista_sbrash/article/view/57. Acesso em: 12 jan. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Protocolos da atenção básica**: saúde das mulheres. Instituto Sírio-Libanês de ensino e pesquisa. Brasília – DF: Ministério da Saúde, 2016. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/protocolos_atencao_basica_saude_mulheres.pdf. Acesso em: 12 jan. 2023.

CRUZ, E. F.; NINA, V. J. S.; FIGUERÊDO, E. D. Climacteric Symptoms and Sexual Dysfunction: Association between the Blatt-Kupperman Index and the Female Sexual Function Index. **Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia,** v. 39, n. 02, p. 66-71, 2017. Disponível em: https://www.scielo.br/j/rbgo/a/RmrgWVzV5NYYJ36dzdBghnv/?lang=en. Acesso em: 12 jan. 2023.

DA SILVA, M. G.; DIAS, M. S.; OLIVEIRA, M. P. O período climatério sob ótica da mulher. **Saber Digital,** v. 12, n. 1, p. 29-38, 2019. Disponível em: https://revistas.faa.edu.br/SaberDigital/article/view/723/552. Acesso em: 12 jan. 2023.

DE ALCÂNTARA, L. L.; DO NASCIMENTO, L. C.; OLIVEIRA, V. A. C. Conhecimento das mulheres e dos homens referente ao climatério e menopausa. **Enfermagem em Foco,** v. 11, n. 1, p. 44-49, 2020. Disponível em: http://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/2450/702. Acesso em: 12 jan. 2023.

DE SOUZA, S. S.; DOS SANTOS, R. L.; DOS SANTOS, A. D. F.; BARBOSA, M. O.; LEMOS, I. C. S.; MACHADO, M. F. A. S. Mulher e climatério: concepções de usuárias de uma unidade básica de saúde. **Reprodução e climatério**, v. 32, n. 2, p. 85-9, 2017. Disponível em: https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S141320871730002X. Acesso em: 12 jan. 2023.

DOS SANTOS, M. A.; VILERÁ, A. N.; WYSOCKI, A. D.; PEREIRA, F. H.; DE OLIVEIRA, D. M.; SANTOS, VB. Sleep quality and its association with menopausal and climacteric symptoms. **Revista**

Brasileira de Enfermagem, v. 26, n. 74, 2021. Disponível em: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34287501/. Acesso em: 12 jan. 2023.

FERREIRA, I. C. C.; SILVA, S. S.; DE ALMEIDA, R. S. Menopausa, sinais e sintomas e seus aspectos psicológicos em mulheres sem uso de reposição hormonal. **Ensaios e Ciência,** v. 19, n. 2, p. 60-64, 2015. Disponível em: https://revista.pgsskroton.com/index.php/ensaioeciencia/article/view/3182/0. Acesso em: 12 jan. 2023.

LARA, L. A. S.; SCALCO, S. C. P.; TRONCON, J. K.; LOPES, G. P. A model for the management of female sexual dysfunctions. **Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia,** v. 39, n. 04, p. 184–94, 2017. Disponível em: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28371960/. Acesso em: 12 jan. 2023.

LEITE, T. A. S.; NUNES, J. S. S.; PEREIRA, A. J.; SILVA, M. L. Conhecimento de mulheres jovens sobre a menopausa e sintomas climatéricos. **Brazilian journal of health review,** v. 3, n. 3, p. 7204-12, 2020. Disponível em: https://brazilianjournals.com/ojs/index.php/BJHR/article/view/12459/10658. Acesso em: 12 jan. 2023.

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. 213-8, 2019. Disponível em: https://revistasfacesa.senaaires.com.br/index.php/iniciacao-cientifica/article/view/260/199. Acesso em: 12 jan. 2023.

RODRIGUES C. N. C.; LEMOS, C. I. L.; SANTOS, A. S. B.; SILVA, L. G. C. L.; CORRÊA, H. V. V. NUNES, E. F. C. Influence of sexual desire the sexual function in women with dyspareunia. **Brazilian Journal of Development,** v. 7, n. 4, p. 34671-82, 2021. Disponível em: https://brazilianjournals.com/ojs/index.php/BRJD/article/view/27653/21881. Acesso em: 12 jan. 2023.

SILVA, M. T.; FECURY, A. A.; DENDASCK, C. V.; DIAS, C. A. G. M.; ARAÚJO, M. H. M.; FECURY, J. R. A. *et al.* A prática de exercícios físicos aeróbios na melhoria da saúde de mulheres na pós-menopausa. **Research Society and Development,** v. 9, n. 10, p. 1-19, 2020. Disponível em: https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/7973/7335. Acesso em: 12 jan. 2023.

SMAIL, L.; JASSIM, G.; SHAKIL, A. Menopause-specific quality of life among emirati women. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 17, n. 1, p. 1-9, 2019. Disponível em: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6981970/. Acesso em: 12 jan. 2023.

VIEIRA, T. M. M.; DE ARAÚJO, C. R.; DE SOUZA, E. C. S.; COSTA, M. A. R.; TESTON, É. F.; BENEDETTI, G. M. S.; MARQUETE, V. F. Vivenciando o climatério: percepções e vivências de mulheres atendidas na atenção básica. **Enfermagem em Foco,** v. 9, n. 2, p. 40-45, 2018. Disponível em: http://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/1084. Acesso em: 12 jan. 2023.

VIGETA, S. M. G.; BRÊTAS, A. C. P. A experiência da perimenopausa e pós-menopausa com mulheres que fazem uso ou não da terapia de reposição hormonal. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de janeiro, v. 20, n. 6, p. 1682–9, 2004. Disponível em: https://www.scielo.br/j/csp/a/spzxDxJN9cjK5yDc78RStZj/abstract/?lang=pt. Acesso em: 12 jan. 2023.