RIASE
REVISTA IBERO-AMERICANA DE SAÚDE E ENVELHECIMENTO
REVISTA IBERO-AMERICANA DE SALUD Y ENVEJECIMIENTO

ATUAÇÃO DO ENFERMEIRO DURANTE O CLIMATÉRIO: IMPACTO NA QUALIDADE DE VIDA DA MULHER

THE NURSE'S ROLE DURING CLIMATERIC: IMPACT ON WOMEN'S QUALITY OF LIFE

LA ACTUACIÓN DEL ENFERMERO DURANTE EL CLIMATERIO: IMPACTO EN LA CALIDAD DE VIDA DE LA MUJER

Ana Isabel Galhanas[1], Ana Frias[1,2].

[1]Departamento de Enfermagem, Universidade de Évora, Évora, Portugal.
[2]Comprehensive Health Research Center (CHRC), Évora, Portugal.

Recebido/Received: 30-01-2024 Aceite/Accepted: 17-04-2024 Publicado/Published: 15-05-2024

DOI: http://dx.doi.org/10.60468/r.riase.2024.10(01).658.109-123

©Os autores retêm o copyright sobre seus artigos, concedendo à RIASE 2024 o direito de primeira publicação sob a licença CC BY-NC, e autorizando reuso por terceiros conforme os termos dessa licença.

©Authors retain the copyright of their articles, granting RIASE 2024 the right of first publication under the CC BY-NC license, and authorizing reuse by third parties in accordance with the terms of this license.

RESUMO

Introdução: O climatério é uma fase do envelhecimento que envolve grandes alterações na mulher que vão influenciar o seu contexto sociocultural. Na prática de enfermagem o climatério representa uma ligação forte com envelhecimento influenciando o pensamento e a forma de agir da mulher.

Objetivo: Compreender a atuação do enfermeiro durante o climatério e o seu impacto na qualidade de vida da mulher.

Métodos: Revisão integrativa da literatura. Foi realizada a pesquisa de artigos científicos, através da plataforma eletrónica EBSCOhost, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Google académico, publicados entre 2018 e 2023. Os artigos selecionados foram aqueles que faziam enfoque a estudos sobre alterações provocadas pelo climatério e a implicação destas na qualidade de vida da mulher.

Resultados: foram selecionados 6 artigos que revelam a ocorrência de diversas alterações durante o período do climatério que têm implicação direta na vida da mulher causando impacto na sua qualidade de vida mediante atuação da equipa de enfermagem.

Conclusão: O climatério está associado negativamente à qualidade de vida devido às mudanças vivenciadas pelas mulheres. O enfermeiro prioriza o cuidado feminino valorizando e estimulando a mulher nesta fase. A sua atenção está direcionada para a promoção da saúde conduzida pelos valores da mulher, utilizando estratégias para promover uma vida ativa e saudável, numa visão humanista contribuindo para atitudes de procura de saúde que levam à melhoria da qualidade de vida.

Palavras-chave: Climatério; Enfermeiro; Envelhecimento; Mulher; Qualidade de Vida.

ABSTRACT

Introduction: Climacteric is a phase of aging that varies from woman to woman and involves significant changes that impact their sociocultural context. In nursing practice, the climacteric represents a strong connection to aging, influencing a woman's thoughts and behaviors.

Objective: Understand the nurse's role during the climacteric stage and its impact on the women's quality of life.

Methods: This study employed an integrative literature review. Scientific articles were searched for through the electronic platform EBSCOhost, the Brazilian Virtual Health Library (BVS), and Google Scholar, with publications ranging from 2018 to 2023. The selected articles focused on studies regarding changes caused by the climacteric and their implications on the women's quality of life.

Results: Six articles were selected, which revealed various changes occurring during the climacteric period that directly impact women's lives. These changes affect their quality of life, highlighting the significant role of the nursing team in providing care and support during this phase.

Conclusion: Climacteric is negatively associated with quality of life due to the changes experienced by women. Nursing prioritizes female care, valuing and encouraging women during this phase. Professional attention is directed towards health promotion, guided by social values, using strategies to promote an active and healthy life. Practices based on a humanistic approach result in positive changes, contributing to health-seeking attitudes that lead to an improvement in the quality of life.

Keywords: Aging; Climacteric; Nurse; Quality of Life; Woman.

RESUMEN

Introducción: El climaterio es una etapa del envejecimiento que implica grandes cambios en la mujer que influirán en su contexto sociocultural. En la práctica de enfermería, el climaterio implica un fuerte vínculo con el envejecimiento e influye en el pensamiento y la forma de actuar de la mujer.

Objetivo: Comprender el rol de los enfermeros durante lo climaterio y su impacto en la calidad de vida de las mujeres.

Métodos: Revisión integradora de la literatura. Se realizó una búsqueda de artículos científicos, a través de la plataforma electrónica EBSCOhost, Biblioteca Virtual en Salud (BVS) y Google Scholar, publicados entre 2018 y 2023. Los artículos seleccionados fueron aquellos que se centraron en estudios sobre los cambios provocados por el climaterio y las implicaciones del éstos sobre la calidad de vida de las mujeres.

Resultados: Se seleccionaron 6 artículos que revelan la ocurrencia de varios cambios durante el período del climaterio que tienen implicación directa en la vida de las mujeres e impactan en su calidad de vida a través de las acciones del equipo de enfermería.

Conclusión: El climaterio se asocia negativamente con la calidad de vida debido a los cambios que experimentan las mujeres. El enfermero prioriza el cuidado femenino, además de valorar y estimular a la mujer en esta etapa. Su atención está dirigida a la promoción de la salud impulsada por los valores de las mujeres, utilizando estrategias para promover una vida activa y saludable, en una visión humanista, contribuyendo a actitudes de búsqueda de salud que conduzcan a una mejor calidad de vida.

Descriptores: Calidad de Vida; Climaterio; Enfermero; Envejecimiento; Mujer.

INTRODUÇÃO

O climatério é uma fase do envelhecimento feminino considerada transitória que envolve grandes alterações na vida da mulher. A sua definição prende-se com a passagem do período reprodutivo para o período não reprodutivo, sendo um marco biológico onde a mulher vivencia alterações que influenciam o seu contexto sociocultural[1]. Nesta fase é possível identificar transformações biológicas, endócrinas e clínicas tornando a mulher mais suscetível a vários problemas de saúde. Na prática de enfermagem compreende-se que o climatério representa uma ligação forte com envelhecimento feminino, influenciando o pensamento, forma de agir, autocuidado e autoestima da mulher[2].

A atenção à saúde durante o envelhecimento prossupõe que seja abrangente, tendo em conta um universo de fatores visando proporcionar às mulheres uma vida saudável e com mais qualidade[3]. Este conceito pode definir-se como o interesse pela vida, não tem como objetivo ser alcançado, mas sim aplicado no seu quotidiano[1]. A vivência no período do climatério é muito pessoal e varia de mulher para mulher[4]. Algumas podem apresentar sintomas físicos, enquanto outras vivenciam este período sem sintomatologia, no entanto esse período envolve sempre perdas e conquistas, abrindo oportunidade para novas aprendizagens[3].

Práticas de enfermagem baseada numa visão humanista na fase do climatério resulta em mudanças na perspetiva da mulher contribuindo para a procura de saúde. É importante que o profissional seja dotado de capacidade para trabalhar em educação para a saúde, contribuindo para uma alteração sobre crenças negativas a respeito do envelhecimento, uma vez que assume a mulher como agente promotor da sua saúde[5]. Os profissionais de saúde devem conscientizar a população, incentivar a realização de exames de rotina e ter hábitos de vida saudável a fim de proporcionar às mulheres uma qualidade de vida recomendada[6]. Ter uma experiência agradável por toda a fase do climatério é condição fundamental para o envelhecimento saudável com o objetivo da promoção de uma vida com mais qualidade mulher[4].

Objetivo

As questões sobre o envelhecimento e qualidade de vida assumem cada vez mais destaque na sociedade atual. O climatério, sendo considerado uma fase do envelhecimento ativo merece atenção particular pela importância da temática no contexto social. Assim, o objetivo desta investigação é: compreender a atuação do enfermeiro durante o climatério e o seu impacto na qualidade de vida da mulher.

METODOLOGIA

Aspetos Éticos

Não foi solicitado parecer à Comissão de Ética uma vez que se trata de um estudo secundário. Na formulação do problema foram respeitados os princípios da clareza, objetividade e precisão, de forma a que os resultados se evidenciarem como uma mais-valia para o conhecimento na área da saúde da mulher, mais em específico sobre a atuação do enfermeiro durante o climatério e o seu impacto na qualidade de vida da mulher. A análise de dados extraídos dos estudos selecionados desenvolveu-se em sintonia com o princípio do respeito pelos resultados obtidos nessas investigações e por esses investigadores. A referenciação bibliográfica foi realizada em conformidade com normas das boas práticas académicas e científicas.

Tipo de Estudo

O tipo de estudo utilizado foi a revisão integrativa da literatura sobre o tema: atuação do enfermeiro durante o climatério e o seu impacto na qualidade de vida da mulher. Esta metodologia permite uma síntese de resultados e uma compreensão mais abrangente e profunda da temática. Utilizaram-se as seis etapas preconizadas para a mesma: 1) Identificação do tema e seleção da hipótese ou questão de pesquisa para a elaboração da revisão integrativa; 2) Estabelecimento de critérios para inclusão e exclusão de estudos/amostragem ou pesquisa de literatura; 3) Definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados/categorização dos estudos; 4) Avaliação dos estudos incluídos na revisão integrativa; 5) Interpretação dos resultados; 6) apresentação da revisão/síntese do conhecimento[7].

Procedimentos Metodológicos

De acordo com o objetivo anteriormente descrito, que serviu como base norteadora para a Revisão Integrativa da Literatura, foi formulada uma pergunta de investigação utilizando a mnemónica PI[C]O, sendo (P) a população alvo, (I) o tipo de intervenção, (C) as comparações, (O) o resultado – *outcomes*. Tendo por base esta estrutura, foi elaborada a seguinte questão norteadora: De que forma é que o envelhecimento durante o climatério (Intervenção) influencia a qualidade de vida (Resultados) das mulheres (População)? Com a pergunta PICO elaborada, seguiu-se uma colheita de dados sobre a temática em estudo.

Foi realizada a pesquisa de artigos científicos, através da plataforma eletrónica nas bases de dados na área da saúde: EBSCOhost, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Google Académico. Foram pesquisados artigos científicos publicados entre 2018 e 2023 utilizando as seguintes palavras-chave: mulher, climatério, envelhecimento, desconfortos, qualidade de vida. Foram definidos os critérios de inclusão (artigos disponíveis na integra, publicados no idio-

ma português, espanhol, inglês) e todo o tipo de artigo. Como critérios de exclusão: artigos com envelhecimento em outras fases da vida da mulher. Com estes critérios obtiveram-se 32 artigos, após remoção dos duplicados ficaram 20 artigos para análise. Depois da leitura do título e resumo, quando a leitura do título e resumo não eram suficientes, realizou-se à leitura do texto integral do artigo, resultaram 6 artigos, como apresentado no fluxograma, na Figura 1↗. Selecionaram-se os artigos que continham a melhor abordagem do tema escolhido por forma a atingir o objetivo desta pesquisa. Os artigos escolhidos foram aqueles que faziam enfoque a estudos sobre as alterações causadas pelo climatério e o seu impacto na qualidade de vida da mulher.

RESULTADOS

Os resultados da revisão bibliográfica serão analisados com a finalidade de comparar os estudos selecionados e em seguida será realizada a discussão com base nas análises temáticas do conteúdo. Após análise dos seis artigos, apresenta-se no Quadro 1↗ os resultados de forma a facilitar a sua interpretação.

DISCUSSÃO

O envelhecimento da população é uma realidade global e coloca em destaque o desafio de estabelecer medidas de promoção da saúde como objetivo de uma melhor expectativa e qualidade vida[1]. Do ponto de vista da saúde da mulher esta situação revela-se importante. Na fase do envelhecimento feminino a mulher passa pelo climatério. Esta é uma fase transitória de grandes alterações biológicas, sendo a definição mais vulgarmente aceite como a transição entre o período reprodutivo e o não reprodutivo, sendo um marco biológico, característico e polémico[2]. A mulher vivencia profundas alterações no âmbito das relações sociais, na vida pessoal, profissional e espiritual, influenciando diretamente o seu contexto[2].

Nesta fase é possível identificar várias transformações biológicas, endócrinas e clínicas como consequência da progressiva diminuição da produção hormonal ovárica, nomeadamente estrogénio e progesterona, resultando em alterações físicas e psicológicas que podem afetar a qualidade de vida das mulheres, tornando-as mais suscetíveis a determinados problemas de saúde[1]. Os sintomas do climatério vão ter impacto direto na qualidade de vida da mulher com uma forte tendência ao comprometimento dessa causa, sendo associada a fatores relacionados ao envelhecimento[3].

O conceito de qualidade de vida pode guiar-se pelo interesse pela vida que desde sempre esteve presente nas aspirações da humanidade. Esta designação não tem como objetivo ser alcançada, mas sim aplicada no dia a dia mediante o esforço e dedicação daquela pessoa ou grupo de pessoas. O sentido da vida está na procura de uma qualidade assistencial mediante as possibilidades de cada elemento. O alcance da temática do envelhecimento e qualidade de vida fez com que a Organização Mundial da Saúde se focasse em políticas de saúde no âmbito do envelhecimento ativo tendo como objetivo melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas envelhecem[1].

Na prática de enfermagem compreende-se que as transformações do climatério representam uma ligação forte com envelhecimento feminino, influenciando o seu pensamento e forma de agir para o autocuidado e autoestima[2]. A vivência no período do climatério varia entre mulheres. O seu impacto é de suma importância uma vez que passa por mudanças emocionais, físicas, biológicas e psicossociais, podendo interferir na sua qualidade de vida[4]. Algumas mulheres podem apresentar sintomas físicos, enquanto outras vivenciam este período sem sintomatologia, no entanto esse período envolve sempre perdas e conquistas, abrindo oportunidade para novas aprendizagens. Considera-se como uma possibilidade que os fatores socioeconómicos, ambientais, raciais, nutricionais, tal como genética e hábitos de vida, desempenhem um papel na explicação das variações observadas nesta fase. Esta fase pode afetar e modificar a qualidade de vida das mulheres nas mais diversas áreas como a sua rotina pessoal, trabalho, família e relações interpessoais. A pouca preparação e conhecimento sobre esta fase pode originar dificuldades em lidar com dificuldades, afetando diretamente a autoestima, os relacionamentos e a qualidade de vida destas mulheres[3].

O Climatério é um período marcado por obstáculos e desafios e a mulher nesta fase sente-se fraca e muitas vezes com impacto no seu psicológico. Neste momento da vida podem ocorrer muitas doenças como cancro, depressão e obesidade. A diminuição da carga hormonal muitas vezes é confundida com cansaço motivo pelo que muitas mulheres acabam por não procurar cuidados diferenciados. Pelo motivo da depressão ser vivenciada neste período por muitas mulheres, o apoio psicológico e consultas de rotina ajudam a ultrapassar o período do climatério num processo otimizado, juntamente com o apoio das famílias pois é no núcleo familiar que muitas mulheres encontram a sua motivação[6].

O envelhecimento é um processo individual, existindo a necessidade de reconfigurar o conceito na sociedade. As questões psicosocioculturais têm uma influência significativa na vida das mulheres no envelhecimento vivenciando conflitos constantes. A perda da jovialidade, as mudanças corporais como queda de cabelo, rugas, diminuição da força e massa muscular, são elementos que causam impacto na autoimagem feminina, podendo causar sofrimento psíquico[4]. As alterações fisiológicas que revertem em sintomatologia no climatério aca-

bam por exigir da mulher uma readaptação no sentido de compreender o seu novo corpo. O processo do envelhecimento pode significar perder a beleza corporal, capacidade de sedução e alteração na forma como encara a sexualidade, rodeado pelo preconceito do envelhecimento[1,2]. No climatério é fundamental considerar as queixas referidas pelas mulheres numa forma holística, sendo considerado alterações biológicas, psicológicas e mudanças de personalidade. Os sintomas psicológicos são nomeadamente traduzidos através da ansiedade e sentimentos de medo ou tensão[3].

Em relação à sintomatologia física do climatério esses fatores já se encontram bem documentados. O climatério é uma fase em que podem ser desencadeadas várias doenças crónicas cardio e cerebrovasculares entre outras que afetam a qualidade e a expectativa de vida da mulher. Estes eventos podem ser classificados como de curto e longo prazo. A curto prazo encontram-se os sintomas vasomotores, sendo os mais frequentes fogachos e as palpitações, as manifestações de atrofia do sistema geniturinário, o ressecamento vaginal, da pele e mucosas, queda da líbido e alterações psíquicas como alterações de humor, cansaço, insónia e mais prevalência para a depressão[1]. Apesar desses sintomas se manifestarem em intensidades diferentes, estes acarretam consequências que podem afetar a vida das mulheres. Por sua vez, a longo prazo é evidente patologias como osteoporose e de doenças cardiovasculares[4,8].

Com o aumento da esperança média de vida que se verificou nos últimos anos, uma vida mais longa apresenta desafios maiores no âmbito do envelhecimento sobre os cuidados de saúde prestado. Ter uma fase de climatério agradável é uma circunstância fundamental para o envelhecimento ativo e saudável. Neste contexto é de salientar a importância das políticas sobre o envelhecimento ativo. É importante que o setor público, privado e as instituições da sociedade ofereçam uma assistência adequada a esta fase da vida[1].

Atendendo à alteração do perfil da população no que diz respeito a envelhecimento, destaca-se a os profissionais de enfermagem os que estão mais próximos da população, devendo estar atentos ao papel da valorização da pessoa além da sua vertente biológica, oferecendo medidas de prevenção e promoção da saúde relacionadas com os cuidados de saúde da mulher[1]. É nítido que o climatério corresponde a uma fase de mudanças sendo por isso necessário que os profissionais tenham um bom entendimento sobre esta fase na vida da mulher. A população sénior feminina necessita de uma assistência diferenciada e o corpo profissional de enfermagem deve fornecer cuidados correspondentes às necessidades desta faixa etária. O profissional de enfermagem é um elemento importante na saúde da mulher, oferecendo um cuidado especializado e atendimento humanizado, promovendo o bem-estar físico, psicológico e social da mulher no climatério[8].

O enfermeiro apresenta um papel importante na mudança global da prática do cuidado uma vez que as suas competências têm como base a educação para a saúde e o cuidado voltado às necessidades humanas como segurança e conforto, sendo um colaborador fundamental nas necessidades da saúde da mulher, aplicando um cuidado humanizado e qualificado atuando para a adesão de hábitos e práticas que refletem uma melhoria na saúde e qualidade de vida dessas mulheres[3]. A perceção relatada pelas mulheres sobre as mudanças corporais e emocionais nesta fase necessita ser devidamente compreendida de forma que a equipa de enfermagem dê destaque ao processo de escuta e ações educativas[1].

O desenvolvimento de práticas de enfermagem baseada numa visão humanista resulta em mudanças positivas, contribuindo para a procura na saúde e a adesão ao plano terapêutico. É importante que o profissional que tenha capacidade e habilidade para trabalhar em educação para a saúde por intermédio de uma abordagem interdisciplinar, contribuindo para uma alteração sobre crenças negativas a respeito do envelhecimento incluindo a fase do climatério. A abordagem torna-se mais eficaz mediante um diálogo com escuta ativa e empatia, facilitando o processo de verbalização como a expressão de emoções e pensamentos e a troca de conhecimentos e experiências, sendo a educação para a saúde uma ferramenta essencial para transmissão de informações[3].

Os profissionais de saúde devem conscientizar a população a incentivar as mulheres a realizar os exames de rotina, ter hábitos de vida saudável a fim de proporcionar às mulheres uma qualidade de vida recomendada[6]. Deve-se ainda incluir os membros da família no processo de conhecimento, entendimento e acompanhamento das sintomatologias transitórias pois a família é considerada como o pilar das relações, devendo ser valorizada[1].

O enfermeiro possui competências para direcionar a mulher para o autocuidado na fase do climatério, utilizando estratégias que promovem o desenvolvimento de ações que estimulem as mulheres a atuarem como protagonistas da sua saúde, mediante a valorização do autocuidado e adesão a hábitos e práticas cotidianas que resultarão em melhorias na saúde e qualidade de vida, capacitando-as a refletir e falar sobre as suas dificuldades nesta fase complexa[3-8].

Conhecer as implicações desta fase e o seu impacto na identidade feminina é um processo desafiador uma vez que o climatério tanto como o envelhecimento despertam novos sentimentos. Uma vida prolongada ultrapassa as consequências negativas do envelhecimento mediante a adoção de cuidados necessários em relação às alterações originadas pelo passar do tempo. Ter uma experiência agradável por toda a fase do climatério é condição fundamental para o envelhecimento saudável, tornando-se essencial o desenvolvimento de políticas públicas que enlacem os princípios de um envelhecimento ativo com o objetivo da promoção da qualidade de vida[1].

Limitações do Estudo

As limitações desta Revisão Integrativa da literatura estão relacionadas com a amostra de artigos utilizados, uma vez que foram incluídos apenas artigos gratuitos e online, o que pode ter originado a não inclusão de alguns estudos relevantes, relacionados com a temática, um outro aspeto foi a pesquisa com base na língua, uma vez que foram considerados apenas artigos em português, espanhol e inglês, o que pode ter resultado na perda de importantes estudos em outros idiomas.

Contribuições para Enfermagem

Esta Revisão Integrativa da Literatura irá permitir a reflexão da importância de um envelhecimento durante o climatério com qualidade de vida na mulher, reforçando o papel de relevo que o enfermeiro detém quanto à transmissão de informação, podendo assim dar contributos importantes para a prestação de cuidados, contribuindo para ganhos em saúde. É importante instruir a população, reforçando a evidência científica, de modo a trazer benefícios para o seu quotidiano, diminuindo os custos em saúde e melhorar a sua qualidade de vida. Esta evidência científica é importante para que o enfermeiro saiba reconhecer as adaptações fisiológicas e patológicas relacionadas com o envelhecimento na fase do climatério e que assim consiga ajustar as suas intervenções de forma a gerar ganhos em saúde como consequência da prevenção e promoção da saúde.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O climatério está associado negativamente à qualidade de vida devido às mudanças sentidas pelas mulheres, influenciando o pensamento e atitudes com impacto no autocuidado e autoestima e o desenvolvimento de situações de doença e desconfortos.

As mulheres referem que o climatério influencia no envelhecimento, porque é nesta fase que se inicia a senescência, sendo várias as mudanças no seu estilo de vida, na sua história pessoal e familiar. A profissão de enfermagem através das suas competências profissionais dá primazia ao cuidado feminino valorizando e estimulando a mulher a compreender esta como uma fase natural do ciclo da vida. A Práticas de enfermagem baseada numa visão humanista resulta em mudanças positivas, contribuindo para atitudes de procura de saúde na mulher melhorando a sua qualidade de vida.

A forma como os enfermeiros influenciam a saúde da mulher no sentido de lhe proporcionar uma melhor qualidade de vida é através de ações que as estimulem a atuar como protagonistas da sua saúde, mediante ações educativas de prevenção e promoção da saúde sobre

a valorização do autocuidado e adesão a hábitos e práticas cotidianas, como a adesão ao plano terapêutico, incentivo à realização de exames de rotina, hábitos de vida saudável, e fornecer informação sobre a sintomatologia transitória nesta fase através de um atendimento qualificado e humanizado promovendo o bem-estar físico, psicológico e social da mulher.

Todas estas medidas irão resultar em melhorias na saúde e consequentemente na sua qualidade de vida, capacitando-as a refletir e ultrapassar as suas dificuldades nesta fase complexa. Nota-se também que as intervenções de enfermagem na fase do climatério precisam de constantes evoluções a nível do setor dos cuidados para que se possa promover melhores condições de vida às mulheres na fase do climatério. Neste sentido, o presente estudo tem como intuito a construção de novo conhecimento e discussão sobre os cuidados de enfermagem à saúde da mulher, proporcionando uma sensibilização sobre a importância da temática, promovendo cuidados de qualidade.

REFERÊNCIAS

1. Soares G, Sá S, Souza I, Penna L, Zveiter M. O conhecimento produzido acerca de climatério, família e envelhecimento. 2018; pp. 1-5. Disponível em: http://dx.doi.org/10.12957/reuerj.2018.32588

2. Almeida M, Moura M, Queiroz A, Sá S, Silva G, Influências do climatério para o envelhecimento na perceção de mulheres idosas: subsídios para a enfermagem. 2015; pp. 1-7. Disponível em: https://doi.org/10.5216/ree.v17i3.29072

3. Almeida S, Araújo M, Bento C, Campelo E, Marques A, Netto R, et al. Além da transição: Compreendendo os desafios do climatério e menopausa na qualidade de vida das mulheres. A pesquisa em saúde desafios atuais e perspetivas futuras. 2023; 9, pp. 94-98. Disponível em: https://atenaeditora.com.br/catalogo/post/alem-da-transicao-compreendendo-os-desafios-do-climaterio-e-menopausa-na-qualidade-de-vida-das-mulheres

4. Filho, J, Lopes, I. Qualidade de vida de mulheres no climatério na atenção básica de saúde. 2022;11(10): 1-17. Disponível em: http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v11i10.32814

5. Araújo M, Araújo T, Brasil L, Ferreira S, Júnior O, Patrício R, et al. Ações de enfermagem na promoção da saúde e qualidade de vida de mulheres no climatério. 2020;4:1-6. Disponível em: https://doi.org/10.25248/REAenf.e4782.2020

6. Martíne N, Souza M. O impacto do período do climatério na saúde da mulher. 2022;22(8):317-325. Disponível em: https://doi.org/10.53660/CONJ-1119-Q51

7. Ercole F, Melo L, Alcoforado C, Revisão integrativa versus revisão sistemática, Revista Mineira de Enfermagem. 2014;18(1):9-12.

8. Cavalcante J, Guimarães T, Marcelino T, Pereira M, Sampaio R, Santiago Y, et al. A atuação do enfermeiro no climatério: aspetos históricos fisiológicos e sociais. 2023; pp. 1-9. Disponível em: https://doi.org/10.25248/reas.e12760.2023

Autores
Ana Isabel Galhanas
https://orcid.org/0000-0002-2392-210X
Ana Frias
https://orcid.org/0000-0002-9038-8576

Autora Correspondente/Corresponding Author
Ana Isabel Galhanas – Departamento de Enfermagem, Universidade de Évora, Portugal.
anaisabelgalhanas@gmail.com

Contributos das autoras/Authors' contributions
AG: Coordenação do estudo, desenho do estudo, recolha, armazenamento e análise de dados, revisão e discussão dos resultados.
AF: Desenho do estudo, análise de dados, revisão e discussão dos resultados.
Todas as autoras leram e concordaram com a versão publicada do manuscrito.

Responsabilidades Éticas
Conflitos de Interesse: Os autores declararam não possuir conflitos de interesse.
Suporte Financeiro: O presente trabalho não foi suportado por nenhum subsídio ou bolsa.
Proveniência e Revisão por Pares: Não comissionado; revisão externa por pares.

Ethical Disclosures
Conflicts of Interest: The authors have no conflicts of interest to declare.
Financial Support: This work has not received any contribution, grant or scholarship.
Provenance and Peer Review: Not commissioned; externally peer reviewed.

©Os autores retêm o copyright sobre seus artigos, concedendo à RIASE 2024 o direito de primeira publicação sob a licença CC BY-NC, e autorizando reuso por terceiros conforme os termos dessa licença.
©Authors retain the copyright of their articles, granting RIASE 2024 the right of first publication under the CC BY-NC license, and authorizing reuse by third parties in accordance with the terms of this license.

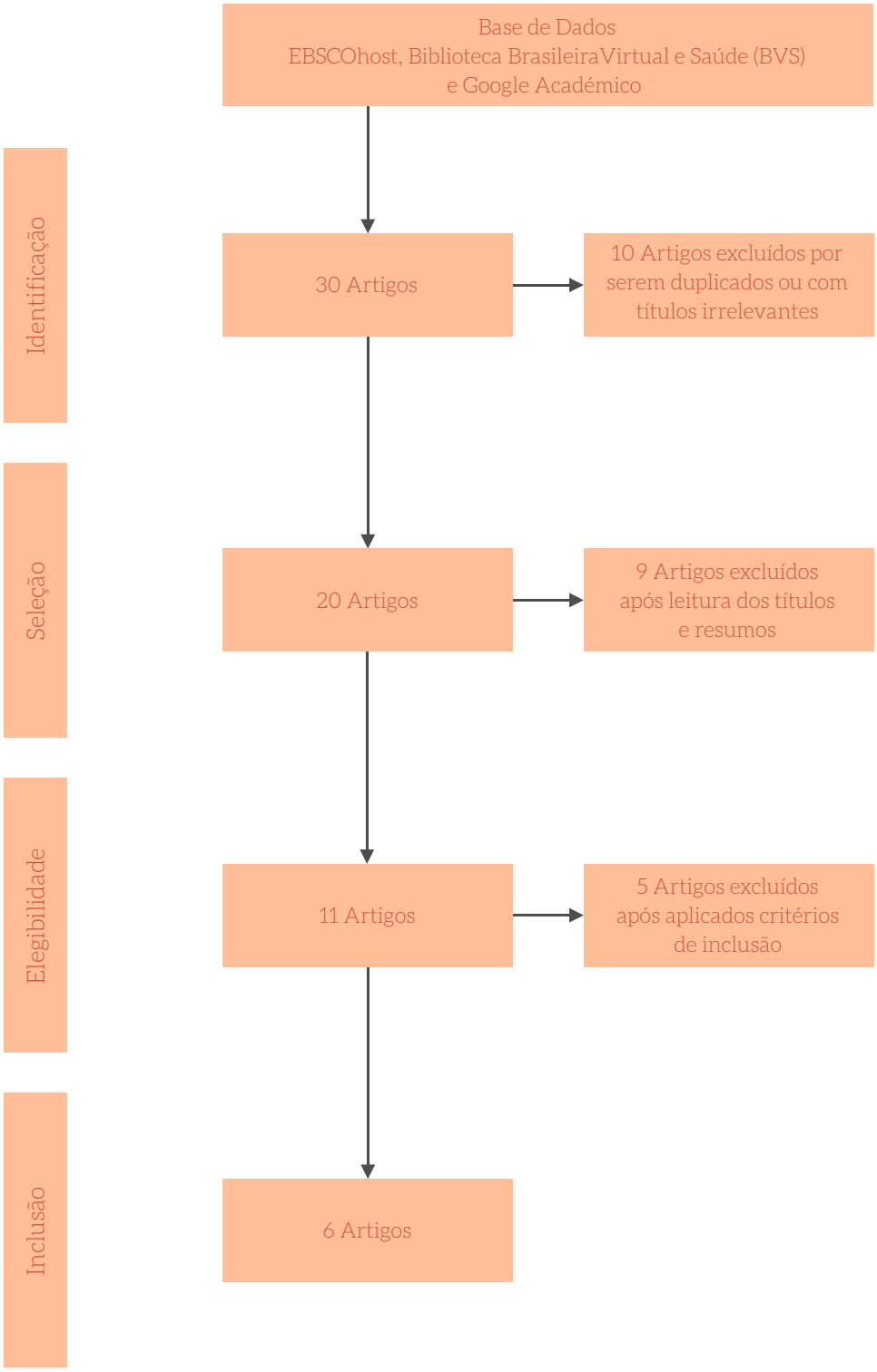


Figura 1 – Fluxograma PRISMA da Pesquisa, adaptado de PRISMA (2021).

Quadro 1 – Dados extraídos dos artigos analisados.

Autores, Ano, Objetivo	Conclusões
Soares, G., Sá, S., R, S., Souza, I., Penna, L., & Zveiter, M. (2018). Objetivo: analisar o conhecimento produzido acerca de climatério, família e envelhecimento.	Mediante a mudança no perfil dos utilizadores de saúde durante o envelhecimento destaca-se os enfermeiros, propondo medidas de prevenção e promoção da saúde que se relacionam com o cuidado à saúde da mulher. O envelhecimento assume como desafio a importância das medidas de prevenção e promoção da saúde para aumentar a qualidade e o prolongamento da vida. A perceção das mudanças emocionais/corporais na fase do climatério necessita ser tida em conta e compreendidas para que possam ser desenvolvidas estratégias em saúde. As intervenções de enfermagem são essenciais para esta etapa na vida da mulher.
Almeida, S; Araújo; Bento; Campelo; Marques; Netto; Rascon; Ribeiro; Trigo; Silva, A; Silva, N; Souza; Santos, L; Santos, E & Vieira (2023). Objetivo: Refletir acerca dos desafios do climatério e menopausa na qualidade de vida das mulheres.	No climatério nota-se várias transformações decorrentes da diminuição da produção hormonal ovárica, resultando em mudanças físicas e psicológicas com impacto na qualidade de vida das mulheres, estando mais propensas a vários problemas de saúde. Embora o conhecimento sobre alterações hormonais da menopausa, existem muitas dúvidas sobre a forma como afetam a mulher no climatério. A qualidade de vida da mulher nesta fase é influenciada pelos sintomas hormonais, mediante a sua gravidade, mas também por outros fatores de ordem emocional e cultural do envelhecimento humano.
Araújo; Barbosa; Brasil; Cordeiro; Ferreira; Júnior; Patrício; Pereira & Silva, 2020. Objetivo: apresentar as experiências e as atividades vivenciadas por académicas de enfermagem durante a disciplina de estágio supervisionado em saúde da mulher nas ações de cuidado integral às mulheres climatéricas.	O climatério caracteriza-se por revelações de sintomas em que a sua intensidade e manifestação difere de mulher ara mulher, influenciando a capacidade de enfrentamento pessoal devido a fatores como o preconceito e tabus. Nota-se essencial a orientação de um profissional com competência para trabalhar a educação em saúde e de cuidar a mulher nesta fase. O enfermeiro mobiliza estratégias de educação em saúde levando ao autocuidado para as dificuldades no climatério, capaz de gerar comportamentos positivos na saúde feminina. O desenvolvimento de práticas humanistas resulta em mudanças positivas de vínculo, interação e acolhimento, levando a uma adesão da terapêutica.
Martíne & Souza, 2022. Objetivo: incentivar as mulheres a prevenção e cuidado com sua saúde no período do climatério e expor as doenças causadas pela falta de tratamento adequado, ausências de ajuda profissional e má qualidade nutricional e proporcionar uma alimentação adequada com acompanhamento nutricional.	Climatério assume-se como um período marcados por obstáculos e desafios no quotidiano da mulher, podendo a mesma apresentar um psicológico transtornado relacionado com o seu corpo e a sua saúde mental. Nesse período podem aparecer doenças como a depressão, o cancro e o excesso de peso. A pouca informação é um processo complexo de grande preocupação para os profissionais da saúde, sendo que pode não existir adesão às consultas de ginecologia, exames de rotinas e não realização de rastreios. A queda hormonal pode ser mascarada de cansaço, motivo que justifica a não procura de atendimento especializado. Nesse período a depressão é um fenómeno frequente existindo a necessidade de apoio de psicólogo e consultas de rotina, devendo ser fornecido à mulher um maior incentivo, não desconsiderando a importância do apoio da família.

Quadro 1 – Dados extraídos dos artigos analisados.

Autores, Ano, Objetivo	Conclusões
Filho & Lopes, 2022. Objetivo: Analisar os sintomas e a qualidade de vida de mulheres no climatério atendidas na atenção básica de saúde.	Nos últimos dez anos vários trabalhos evidenciaram que ainda não existe um consenso global sobre o climatério e qualidade de vida. Mulheres diferentes podem vivenciar essa fase de forma diferente, uma vez que fatores culturais, biológicos e psicossociais também podem influenciar a ocorrência de manifestações clínicas. Tendo em conta que as mulheres nesta fase estão mais expostas a várias condições clínicas que influenciam a sua saúde num aspeto biopsicossocial, podendo influenciar na qualidade do seu quotidiano. Assim torna-se fundamental avaliar a qualidade de vida no climatério em função das relações interpessoais, na sua autopercepção e na morbimortalidade. O climatério põe em evidência uma meta importante na vida da mulher tendo a qualidade de vida um destaque cada vez maior.
Cavalcante; Guimarães; Marcelino; Pereira; Sampaio; Santiago & Valente (2023). Objetivo: Analisar o papel do enfermeiro no climatério em seus aspetos fisiológicos e sociais.	O climatério é uma fase de alterações e adaptações, sendo importante que os profissionais de saúde possuam uma melhor capacidade de entendimento sobre a mulher na fase do climatério. Torna-se necessário ao nível dos serviços de saúde um atendimento diferenciado e uma equipe de enfermagem que ofereça uma assistência direcionada para as necessidades desta faixa etária. O enfermeiro deverá fornecer cuidados especializados e um atendimento humanizado, que promova o bem-estar físico, psicológico e social da mulher que vivenciam essa fase. A família é a base para um mundo de relações diferenciadas e necessita de ser valorizada podendo amenizar o estado de vulnerabilidade, desmistificando estigmas e preconceitos.