

CUIDADO REALIZADO PELO ENFERMEIRO À MULHER NO CLIMATÉRIO

CARE PROVIDED BY NURSES TO WOMEN IN MENOPAUSE

Ana Clécia de Sá Silva Santos¹, Wilza Maria Pinto¹

¹Faculdade de Integração do Sertão – FIS, Serra Talhada-PE, Brasil.

Resumo

O climatério é uma fase de ocorrência natural durante a vida de cada mulher. Ocorre devido a diminuição dos hormônios progesterona e estrogênio que tem início a partir dos 45 anos. Esse declínio hormonal traz consigo alterações físicas e biológicas, como fortes ondas de calor (fogachos), gerando quadros de insônia, irritabilidade, alteração de memória, depressão, que afetam a vida dessas mulheres. Este estudo teve como objetivo analisar o desempenho e a contribuição do enfermeiro diante do cuidado à mulher climatérica, contribuindo assim, para melhorar sua qualidade de vida, foi realizado em uma Unidade Básica de Saúde no Município de Floresta-PE. Trata-se de um estudo descritivo transversal, retrospectivo com abordagem quantitativa, participaram as mulheres que estão vivenciando e as que já vivenciaram este período, foram entrevistadas as que estavam na faixa etária de 45 a 50 anos. Conforme observado, 27% responderam que o climatério é muito delicado, 20 mulheres sentiam fogachos, 57% sentiram que a qualidade de vida diminuiu com a chegada do climatério, 80% sentem necessidade de um atendimento de qualidade por parte dos enfermeiros, 77% têm carência de informações, 70% veem o climatério o como um momento de dificuldade, 100% acham necessário que exista um diálogo que deixe claro todas as dúvidas sobre o climatério. conclui-se que alguns profissionais de enfermagem necessitam melhorar seus conhecimentos para dar suporte adequado as mesmas, e com isso contribuir para que cada uma consiga melhorar sua autoestima e sua qualidade de vida, apesar desse período ser delicado.

Palavras-chave: Assistência. Humanização. Pré-menopausa.

Abstract

Climacteric is a phase that occurs naturally during the life of every woman. It occurs due to a decrease in the hormones progesterone and estrogen that starts after 45 years of age. This hormonal decline brings physical and biological changes, such as strong hot flashes (hot flashes), causing insomnia, irritability, memory impairment, depression, which affect the lives of these women. This study aimed to analyze the performance and contribution of nurses in the care of climacteric women, thus contributing to improve their quality of life, it was carried out in a Basic Health Unit in the city of Floresta-PE. This is a descriptive cross-sectional, retrospective study with a quantitative approach, involving women who are experiencing this period and those who have already experienced this period, and those aged between 45 and 50 years were interviewed. As noted, 27% responded that the climacteric is very delicate, 20 women felt hot flashes, 57% felt that the quality of life decreased with the arrival of the climacteric, 80% felt the need for quality care by nurses, 77% lack information, 70% see the climacteric as a time of difficulty, 100% think there is a need for a dialogue to clarify all doubts about the climacteric. It is concluded that some nursing professionals need to improve their knowledge to provide adequate support for them, and thus contribute to each one of them being able to improve their self-esteem and their quality of life, despite this period being delicate.

Key words: Assistance. Humanization. Pre-menopause.

Introdução

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), o climatério é entendido como a transição entre o período reprodutivo e não reprodutivo da vida da mulher. Define-se por um declínio das funções ovarianas, por consequência, a diminuição do hormônio estrogênio. Deve ser considerado como um período fisiológico e não um processo patológico. Todas as mulheres irão passar por esse período, iniciando-se entre 40 a 50 anos, sendo possível se estender até os 65 anos (ALBUQUERQUE et al., 2019).

Neste período da vida da mulher, surgem diversos sintomas e alterações emocionais, comprometendo a qualidade de vida e o bem-estar dessas mulheres. Entre as principais alterações, destacam-se os sintomas vasomotores, como as ondas de calor pelo corpo, também conhecidos como “fogachos”, acompanhados ou não de sudorese (noturna ou repentina), insônia, sintomas urogenitais e sexuais, como atrofia vaginal, sangramentos irregulares, diminuição da libido e outros advindos da diminuição do estrogênio, assim como os psicológicos, sendo eles, possíveis de intervir negativamente na qualidade de vida da mulher (ALBUQUERQUE et al., 2019).

Sabendo-se que esse período é marcado por alterações hormonais, suas implicações biológicas, psicológicas e sociais, refletem na saúde física e no bem-estar emocional e psicossociais da mulher. Atentando-se ao prejuízo que o climatério comete na qualidade de vida, é importante entender as alterações trazidas por esse período, uma vez que essa qualidade é acometida devido a presença de sintomas que são seguintes da diminuição do hormônio estrogênio (ASSUNÇÃO et al., 2017).

Considerando o tamanho da particularidade por trás do climatério, algumas mulheres pouco sabem sobre essa fase. Na maioria das vezes essa compreensão está voltada somente para alterações físicas gerando ausência de conhecimentos sobre possíveis alterações psicossociais que podem ser vivenciadas no período. Essa particularidade é individual, pois, cada mulher tem a sua experiência em relação aos sintomas do climatério. É viável que apareçam sintomas inconscientes que estão ligados a fase, além dos possíveis prejuízos pessoais e implicações sociais com resultados dos preconceitos e tabus construídos pela sociedade, causando danos físicos e emocionais que afetam diretamente na qualidade de vida dessa mulher (JOVENTINO et al., 2020).

Diante do exposto, percebe-se a importância da atuação do profissional de enfermagem, que investe diretamente no processo do cuidado apoiando a mulher. Tornando-se fundamental que esse profissional disponibilize ações que objetivem torná-las ativas no processo de cuidado para que possam entender melhor as fases do climatério. É indispensável que o enfermeiro atue na planificação da assistência de acordo com as carências de cada mulher, priorizando o cuidado humanizado e com qualidade (JOVENTINO et al., 2020).

A desenvolvimento de programas ou ações educativas pode exercer papel relevante na atenção à mulher no climatério e é estratégia frequentemente adotada pela atenção primária. Deste modo, no cumprimento de seu papel o enfermeiro deve desenvolver ações que favoreçam o empoderamento da mulher nessa fase da vida. Tais ações devem oportunizar à mulher entender e valorizar sua autoestima, além de instituir sua autonomia como sujeito de autocuidado do seu próprio corpo. É essencial que o cuidado da enfermagem a essa mulher exerça função motivadora no sentido de encorajá-la a assumir protagonismo nesse processo (OLIVEIRA; SANTOS; VARGENS, 2017).

O climatério é um período que traz consigo várias mudanças que implicam diretamente na qualidade de vida das mulheres, por isso, foi importante investigar o cuidado que o enfermeiro oferece a essas pacientes. E, por essa razão, percebemos que os enfermeiros necessitam de mais conhecimento sobre o tema para melhorar a assistência prestadas as mesmas.

Esse tema será útil para todas as mulheres que passam ou irão passar pelo climatério, que, apesar de ser leigas de informações referente ao tema discutido, precisam do suporte da enfermagem, mas esses profissionais não têm o conhecimento necessário sobre essa fase, por

isso sentem dificuldade em atendê-las. Através do conhecimento adquirido os enfermeiros poderão implantar estratégias visando melhorar a forma de atendimento as mesmas. Essas mulheres devem saber quais seus direitos referentes a assistência qualificada como os enfermeiros devem saber seus deveres no sentido de estar preparados e capacitados para prestar assistência de qualidade e com excelência.

Este estudo buscou analisar a contribuição do enfermeiro diante do cuidado à mulher climatérica, levantar os tipos de alterações e sintomas que possam surgir, como também buscar formas para incentivar o desenvolvimento de ações educativas dentro da promoção a saúde a fim de atender, ajudar e apoiar essas mulheres durante o enfrentamento das mudanças corporais que ocorre neste período. O mesmo tem como relevância procurar despertar a busca de conhecimento das mulheres para que possam melhorar sua qualidade de vida como também saberão como cobrar dos profissionais de enfermagem uma assistência mais efetiva e eficiente.

Metodologia

Trata-se de um estudo descritivo, transversal, retrospectivo com abordagem quantitativa. O estudo foi realizado no Município de Floresta-PE, localizado no sertão Pernambucano, especificamente na Unidade Básica de Saúde da Família (Escondidinho), no setor de Enfermagem, onde são realizados em média, 40 consultas por mês.

Na Unidade Básica de Saúde há uma enfermeira geral, sendo apenas essa que está na assistência. A população foi composta por 30 mulheres que estavam dando início ou que já estavam vivenciando o período do climatério, entre 45 a 50 anos e que concordaram em participar da pesquisa assinando o Registro o de Consentimento Livre e Esclarecido (RCLE). Na oportunidade, não houve exclusão do processo de amostra, no qual foi definido pelas mulheres cujo estavam dando início ou que já estavam vivenciando o período do climatério.

A pesquisa foi desenvolvida durante o mês de setembro a outubro de 2021.2.

Foram determinadas variáveis como:

Para as mulheres climatéricas: a idade, estado civil, escolaridade, cor/raça, renda familiar, atividade sexual, sintomas do climatério, assistência profissional dos enfermeiros.

Os dados para a pesquisa foram coletados através de um questionário previamente baseado e adaptado em estudos sobre a temática, contendo perguntas objetivas que abordavam questões a respeito.

Os dados do estudo foram obtidos com a aplicação de um questionário, contendo perguntas objetivas que abordaram questões a respeito do cuidado do enfermeiro à mulher no climatério. Para as mulheres climatéricas foram aplicadas 20 questões fechadas. A análise dos dados foi de maneira quantitativa, através de percentuais, médias e medianas, apresentados em gráficos e tabelas, com distribuição dos entrevistados e análise descritiva de cada variável, realizados através do Programa Microsoft Excel 2019.

Por se tratar de uma pesquisa envolvendo seres humanos, o pesquisador comprometeu-se a obedecer aos aspectos éticos legais de acordo com Resoluções N° 510/2016 e n° 580/2018 do Conselho Nacional de Saúde que dispõe sobre diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisa em seres humanos. O projeto foi encaminhado a aprovado pelo comitê de ética em Pesquisa da Faculdade de Integração do Sertão – FIS, parecer: 5.008.930.

Resultados e Discussão

O estudo abordou a compreensão da assistência qualificada pelos profissionais de enfermagem prestada as mulheres climatéricas, durante e após esse período de mudanças corporais, numa abordagem quantitativa corroborando com realidades atuais nesta área.

Sobre o perfil das mulheres climatéricas destacou-se 30 participantes com a média e a mediana de idade de 46 anos com (IQR= 45 anos e 48 anos), com estado civil, escolaridade e cor/raça, escolaridade e atividade sexual variados, descritos na tabela 1. Foi observado que a grande maioria é casada 43%, com ensino médio completo 37%, referente a cor o maior número

se diz parda 56%, sobre o salário 57% ganha menos que o salário-mínimo e 63% informam que tem vida sexual ativa.

Tabela 1 - Perfil das Mulheres Climatéricas da Unidade Básica de Saúde da Família – UBS Escondidinho, setor enfermagem, 2021.

IDADE	N	PORCENTAGEM (%)
45	11	37%
46	05	17%
47	04	13%
48	06	20%
49	01	3%
50	03	10%
RAÇA/COR	N	PORCENTAGEM (%)
Branca	02	7%
Parda	17	56%
Negra	09	30%
Indígena	02	7%
ESTADO CIVIL	N	PORCENTAGEM (%)
Solteira	08	27%
Casada	13	43%
Divorciada	07	23%
Viúva	02	7%
ESCOLARIDADE	N	PORCENTAGEM (%)
Fundamental completo	03	10%
Fundamental incompleto	06	20%
Ensino Médio completo	11	37%
Ensino Médio incompleto	03	10%
Graduação completa	07	23 %
RENDA	N	PORCENTAGEM (%)
Mais de um salário	13	43%
Menos de um salário	17	57 %
ATIVIDADE SEXUAL	N	PORCENTAGEM (%)
Ausente	11	37 %
Presente	19	63%
TOTAL	30	100%

Levando em consideração que o climatério é um período de modificação, adaptação e até aceitação, cheio de tabus e preconceitos, podendo trazer consigo sentimentos diversos e sendo uma fase comum a todas as mulheres, torna-se imprescindível que profissionais da saúde tenham uma melhor compreensão diante da assistência a essas mulheres climatéricas (GIOTTO; MELO; SILVA, 2019).

Segundo as avaliações do DATASUS, em 2015, a população brasileira feminina totalizava em 103.494.927. Nesta totalização, 36 milhões tem entre 35 e 64 anos, o que resulta que próximo de 34% das mulheres no Brasil estão no intervalo de idades que ocorre o climatério (BALDO et al., 2019).

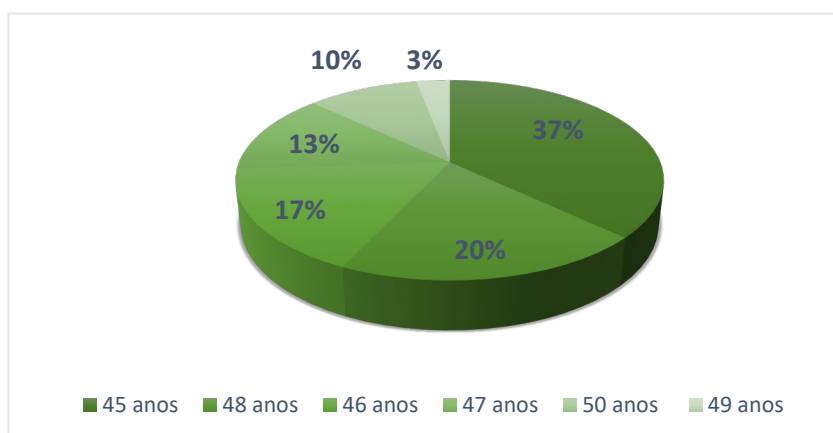
O gráfico 1 aponta o percentual das mulheres que foram questionadas com idade entre 45 a 50 anos. Como resultou obtivemos 37% com 45 anos, 20% tinham 48 anos, 17% apresentavam 46 anos, 13% com 47 anos, 10% tinham 50 anos e apenas 3% com 49 anos.

O climatério é uma etapa na vida da mulher que é decorrente da diminuição do hormônio estrogênio e progesterona, que conseqüentemente desencadeia vários sintomas indesejáveis e que tem início geralmente por volta dos 45 a 50 anos, podendo se estender até 65 anos. (ANDRADE et al., 2018).

Conforme a pesquisa realizada sobre o climatério 27 % responderam sim que essa fase é um período muito delicado e 3% responderam que não. Pode-se perceber que a grande maioria das entrevistadas responderam sim e uma pequena parte não, isto depende muito de cada mulher, pois para maioria existe muita dificuldade nesse período, devido ser um período

delicado, contribuindo para as mudanças corporais, para outras mulheres não existe dificuldade nenhuma.

Gráfico 1 – Distribuição do percentual da idade das Mulheres Climatéricas da Unidade Básica de Saúde da Família– UBS Escondidinho, setor enfermagem, 2021.



Geralmente, ocorrem inúmeras mudanças biológicas, endócrinas e clínicas devido às alterações hormonais, geram diversos sintomas que podem tornar as mulheres vulneráveis aos mais variados agravos à saúde, tornando esse período um momento muito delicado (BARBOSA et al., 2017).

Durante a entrevista, questionou-se sobre os sintomas, se elas sentiam algum dos que são comentados como fortes ondas de calor “fogachos”, quadro de insônia, irritabilidade, humor instável, alterações de memórias, depressão e angústia, secura vaginal, dores articulares, incontinência urinária. 67% das mulheres responderam que sentiam fortes ondas de calor, 57% tinham quadros de insônia, 63% sentiam irritabilidade, 43% tinham o humor instável, 53% tinham alteração de memória, 43% responderam que tinham depressão e angústia, 20% tinha secura vaginal, 60% responderam que sentiam dores articulares e apenas 10% responderam que tinham incontinência urinária, como mostra na tabela 2.

Tabela 2 – Distribuição dos dados coletados sobre sintomas climatéricos das Mulheres Climatéricas da Unidade Básica de Saúde da Família – UBS Escondidinho, setor enfermagem, 2021

SINTOMAS	N	Porcentagem (%)
Fortes ondas de calor	20	67%
Insônia	17	57%
Irritabilidade	19	63%
Humor Instável	13	43%
Alteração de memória	16	53%
Depressão e ansiedade	13	43%
Secura vaginal	06	20%
Dores articulares	18	60%
Incontinência urinária	03	10%

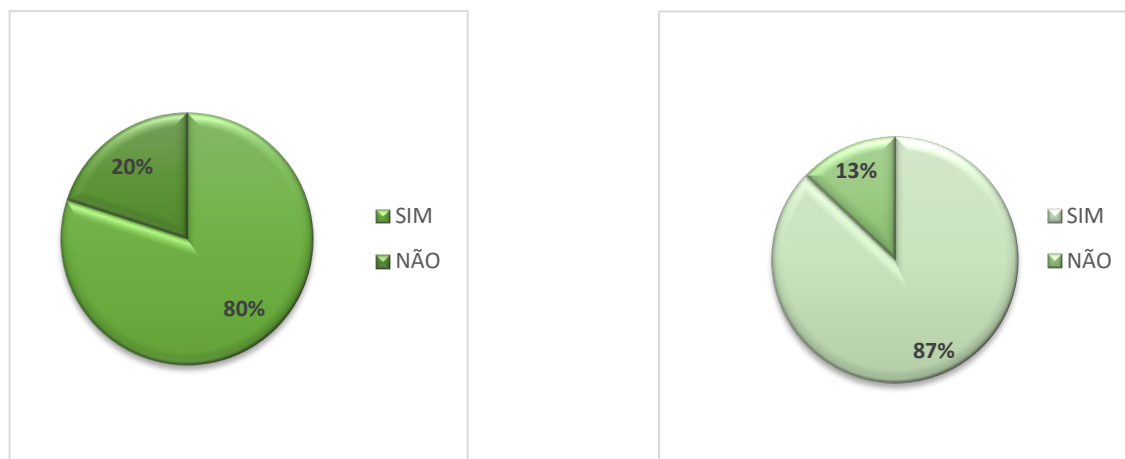
De acordo Andrade et al., (2018) os sintomas do climatério aparecem nas mulheres de acordo com a idade ou a depender do organismo de cada uma, o que para umas pode aparecer precocemente, para outras pode aparecer tardiamente. Nessa fase da vida, a mulher passa por um encadeamento de alterações físicas e psicoemocionais. É normal que surjam sintomas muito incômodos, como por exemplo, fortes ondas de calor, insônia, depressão, angústia, alterações de memória, fragilidade e ressecamento da pele, cabelo e mucosa, dando aspecto de envelhecimento prematuro.

Ao serem questionadas se com a chegada do climatério a sua qualidade de vida diminuiu, 57% responderam que sim e 43% responderam que não. Isso foi observado porque elas não tinham o apoio de um profissional de enfermagem para orientá-las sobre os cuidados que deveriam ter referente ao corpo.

Algumas passam por esse momento com qualidade de vida, enquanto outras não, isso pelo fato de algumas mulheres terem acesso a informações e outras serem leigas dessas informações. Dessa forma, os enfermeiros precisam ser capacitados para agir acolhendo e prestando assistência de qualidade (BISOGNIN et al., 2016).

Durante a pesquisa, 80% das mulheres responderam que sim e 20% responderam que não, quando questionadas se sentiam a necessidade de um atendimento de qualidade por parte dos enfermeiros, referente a melhora no atendimento 87% responderam que sim e 13% que não conforme apresenta os gráficos 2 e 3.

Gráfico 2 e 3 – Distribuição dos dados coletados sobre a qualidade do atendimento dos profissionais de enfermagem e melhoria do atendimento as Mulheres Climatéricas da Unidade Básica de Saúde da Família – UBS Escondidinho, setor enfermagem, 2021.



Entendemos que esse resultado tem a ver de como está a oferta de assistência, existem muitos enfermeiros que realizam todo o protocolo de atendimento em uma UBS, mas em relação ao climatério falta mais empenho para dar as informações necessárias através do diálogo ou orientações sobre esse período para que as mesmas consigam passar por esse momento com mais tranquilidade, por isso é importante uma assistência de qualidade, como também melhorar a forma de atendimento.

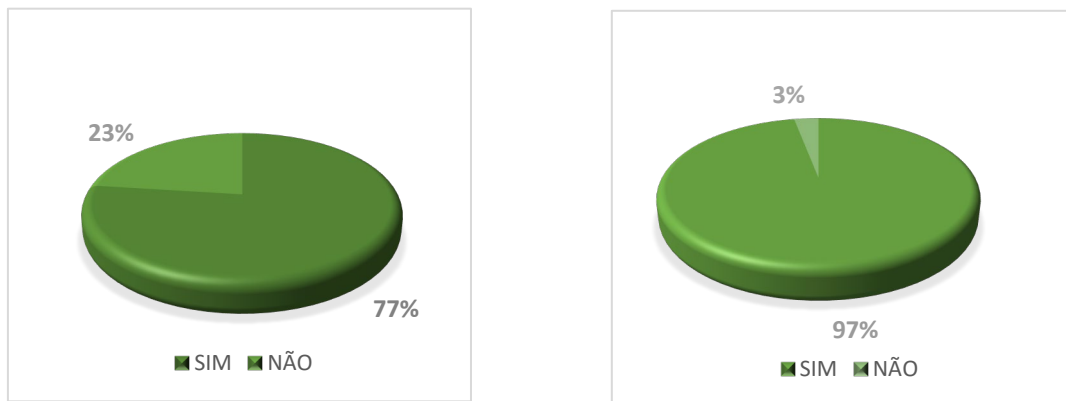
É essencial destacar que queixas que mais prejudica na qualidade de vida da mulher no climatério são as desordens psicossociais e afetiva, como humor depressivo, tristeza, ansiedade, cansaço, déficit de atenção, concentração e energia, diminuição da libido e anedonia. Embora vivenciem os inúmeros sinais e sintomas climatéricos, as mulheres nesta fase desconhecem ou não identificam a maior parte das alterações hormonais, fisiológicas e emocionais envolvidas no processo de decréscimo da produção hormonal e término de ciclos menstruais (CURTA; WEISSHEIMER, 2020).

É importante que os enfermeiros entendam melhor da mulher climatérica, fazendo existir um vínculo entre enfermeiros, pacientes e climatério, com intuito de identificar as necessidades que essas mulheres tem e agir conforme suas queixas para melhoria do atendimento e resolução dos problemas, ofertando qualidade de vida para as mesmas (GIOTTO; MELO; SILVA, 2019).

Conforme apresentado nos gráficos 4 e 5 apresentamos os resultados da pesquisa referente aos questionamentos sobre a carência de informações que refere ao climatério onde 77% responderam que sim e 23% responderam que não, quando abordadas se o enfermeiro precisava ser capacitado para atendê-las melhor 97% responderam que sim e 3% que não.

Foi percebível a carência de informação dessas mulheres, quando algumas não sabiam de que se tratava o climatério, e que elas necessitavam de mais informações, foi também percebível a necessidade que alguns profissionais de enfermagem precisam de mais conhecimento referente ao climatério, pois existem aqueles que ainda não dominam o assunto.

Gráfico 4 e 5 – Distribuição dos dados referentes a carência de informações e capacitação dos enfermeiros conforme as Mulheres Climatéricas da Unidade Básica de Saúde da Família – UBS Escondidinho, setor enfermagem, 2021.

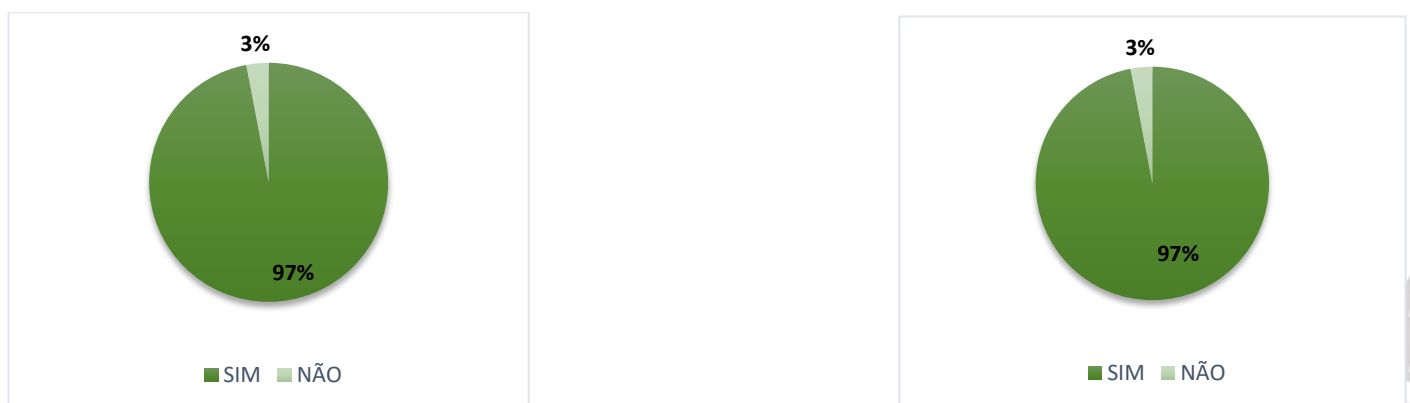


É papel da enfermagem se fazer obstinado em comunicar a essas mulheres climatéricas, todas as informações possíveis com o objetivo de que as mesmas possam entender do que realmente se trata o momento em que está vivenciando (GIOTTO; MELO; SILVA, 2019).

Destaca-se a importância e a necessidade de profissionais capacitados para intervir nos sintomas do climatério, auxiliando de forma que vá melhorar a qualidade de vida das mulheres, em uma assistência integral, que valorize a individualidade de cada mulher (ANDRADE et al., 2020).

Durante a entrevista, questionou-se se o profissional de enfermagem deve desenvolver ações educativas sobre o climatério 97% das mulheres, responderam que sim e 3% responderam que não e se achavam que o enfermeiro precisava desenvolver ações que melhorasse o seu conhecimento pessoal em relação ao climatério, 97% responderam que sim e 3% responderam que não, conforme aponta o gráfico 6 e 7. É essencial que o enfermeiro desenvolva ações, como palestras sobre o climatério, distribuição de panfletos falando sobre, para que melhore o conhecimento dessas mulheres e principalmente busque conhecimento para si próprio.

Gráfico 6 e 7 – Distribuição dos dados coletados sobre ações educativas desenvolvidas e ações que melhore o conhecimento pessoal do enfermeiro para as Mulheres Climatéricas da Unidade Básica de Saúde da Família – UBS Escondidinho, setor enfermagem, 2021.



É importante que o enfermeiro desenvolva ações educativas e busque conhecimento necessário para possibilitar uma assistência de qualidade, tornando um meio para que a própria mulher tenha acesso a informações e aprenda a viver essa fase difícil de maneira consciente sabendo que não é uma patologia, mas, sim, uma passagem natural pelo qual todas passam, que de alguma forma são eficazes para o amadurecimento da mulher (ANDRADE et al., 2018).

A enfermagem precisa atuar junto as mulheres, criando ações que visam ao conhecimento pessoal e bem-estar, por meio de ferramentas eficazes de enfrentamento. Assim, entende-se

que elas poderão superar as modificações, angústias e conflitos vivenciados no climatério (BISOGNIN et al., 2016).

Como apresentado pelos gráficos 8 e 9 ao serem questionadas se vê o climatério como um momento de dificuldade, 70% responderam que sim e 30% responderam que não, referente ao fator de ver o climatério como um momento de maturidade e evolução 100% responderam sim. Isso tem a ver com as dificuldades que essas mulheres enfrentam, que são os sintomas e as mudanças corporais, onde o climatério se torna um momento difícil e ao mesmo tempo de evolução e mudança do corpo.

Gráfico 8 e 9 – Distribuição dos dados coletados sobre as dificuldades das Mulheres durante a fase do climatério em Unidade Básica de Saúde da Família – UBS Escondidinho, setor enfermagem, 2021.



Devido a isso, o comportamento do enfermeiro diante a mulheres em climatério deve ser o mais amigável possível para que essa mulher se sinta à vontade, uma vez que se trata de um estado próprio do desenvolvimento da mulher e de sua maturidade, e neste ponto de vista o profissional tem muito a aprender (GIOTTO; MELO; SILVA, 2019).

Existem mulheres que definem o período do climatério como um período de evolução e maturidade, porque acreditam que é um momento de se realizar sonhos. Embora cada alteração esteja relacionada com a história de vida de cada uma, existem aquelas que acreditam que quando essa fase chega, acompanhada dela, vem o luto da juventude e da produtividade (ANDRADE et al., 2020).

Diante do que foi questionado, 100% das mulheres responderam que sim se elas achavam necessário que existisse um diálogo que deixasse claro todas as dúvidas sobre o climatério, 97% responderam sim e 3% responderam não, se achavam que o enfermeiro devia dispor de orientações que permitissem uma melhoria na qualidade de vida e 100% responderam sim, se achavam que se o profissional de enfermagem mudasse a forma de assistência a mulher no climatério e melhorasse no atendimento, sua qualidade de vida podia melhorar também. Isso aconteceu pelo fato do profissional de enfermagem não dialogar com essas mulheres, não esclarecer as dúvidas, não orientá-las sobre o climatério, pois muitas são leigas desse assunto, por isso é importante a mudança do cuidado e a melhoria no atendimento, para dar uma assistência descente e de qualidade para essas mulheres.

Por esses motivos, o enfermeiro deve estar preparado para identificar os sinais e sintomas diminuindo os efeitos através de orientações em semelhança com a realidade de cada mulher, tornando-se indispensável que exista um diálogo que deixe explícito as dúvidas desse grupo de mulheres, necessitando ele estar preparado para disponibilizar uma assistência de qualidade tendo em vista o contexto emocional, social e individual de cada mulher. O enfermeiro tem o papel significativo no decorrer dessa fase como por exemplo, orientações que permitem com que a mulher pratique o autocuidado melhorando seu estilo e sua qualidade de vida (ANDRADE et al., 2018).

Pelo fato de a Enfermagem adotar, como essência do seu trabalho, o cuidado, não pode se distrair das relações comunicativa e humanizadas que permeiam, na prática cotidiana dos serviços de saúde. Isto sem perder de vista o cuidado à mulher que vivencia o climatério (OLIVEIRA; SANTOS; VARGENS, 2017).

Conclusão

Foi possível analisar o desempenho e a contribuição do enfermeiro diante do cuidado a mulher no climatério e perceber a importância desses profissionais na vida dessas mulheres e, principalmente a falta deles. A maioria das mulheres são leigas no assunto referente ao climatério, então, existem muitos profissionais que precisam mudar sua estratégia de abordagem, pois no momento não conseguem suprir as dúvidas existentes, como procurar explicar o que é essa fase, os sinais e sintomas que ocorre, as mudanças corporais e as alterações ocasionadas pelas mudanças durante esse período. Essa falta de informação provoca um sentimento de desamparo para elas contribuindo para o aparecimento de medo e angústia afetando sua vida diária, embora tenham o entendimento de que cada mulher passe pelo climatério de forma diferente.

Com isso, a qualidade de vida das mesmas diminuem significativamente, por essa razão, é importante ter um profissional de enfermagem que seja capacitado a comunicar todas as informações possíveis sobre o climatério e suas dificuldades, que acolha, que apoie, que oriente-as em relação ao corpo, a alimentação, que desenvolva ações educativas como palestras, distribuição de panfletos, cartazes informativos nas unidades de saúde, para que todas sejam bem informadas e passe por esse período de uma forma mais tranquila

Referências

ALBUQUERQUE, G.P.M., ABRÃO, F.M.S., ALMEIDA, A.M., ALVES, D.L.R., ANDRADE, P.O.N., COSTA, A.M. Qualidade de vida no climatério de enfermeiras atuantes na atenção primária. **Revista Brasileira de Enfermagem REBEn**, v.72 n.3, p.161-168, dez. 2019.

ANDRADE, D.B.S. et al. O papel do enfermeiro nos cuidados de Enfermagem com mulheres no período climatério. **REVISA Revista de Divulgação Científica Sena Aires**, v.7, n.1, p.18-22, abr.2018.

ANDRADE, D.L.B., FELICIO, F.C., JUNIOR, J.C.F., MORAES, F.V., PEREIRA, G.L.F.L., RIBEIRO, W.A. A influência dos sintomas climatéricos na saúde da mulher. **Edição Brasileira Revista Nursing**, v.23, n.264, p.3996-4007, ago. 2020.

ASSUNÇÃO, D.F.S., PIRES, D.H.K., BARRETO, E.L., GONÇALVES, F.A., DIAS, R.S. Qualidade de vida de mulheres climatéricas. **Revista da Sociedade Brasileira de Clínica Médica**, v.15, n.2, p.80-83, ago.2017.

BALDO, M.P., FREIRE, G.R., GONÇALVES, J.T.T., MOTA, G.A., ROCHA, J.S.B., SANTO, L.R.E., SOUZA, L.P., XAVIER, L.A. Avaliação do perfil antropométrico associado a fatores sociocomportamentais e clínicos em mulheres climatéricas. **REAID Revista Enfermagem Atual In Derme**, v.91, n.29, p.10-16, ago. 2019.

BARBOSA, M. O. et al. Mulher e Climatério: Concepções de usuárias de uma Unidade Básica de Saúde. **SBRH Sociedade Brasileira de Reprodução Humana**, Crato, v.32, n.2, p. 85-89, jan/mar. 2017.

BISOGNIN, P. et al. Práticas de cuidado realizados por enfermeiros às mulheres no climatério: Uma revisão narrativa. **Revista Contexto e Saúde**, Rio Grande do Sul, v.16, n.30, p. 21-27, jan/jun. 2016.

CURTA, J. C; WEISSHEIMER, A. M. Percepções e sentimentos sobre as alterações corporais de mulheres. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, Rio Grande do Sul, v.41, p.1-9, mai. 2020.

GIOTTO, A. C; MELO, A. A. C; SILVA, E. P. C. Assistência de Enfermagem à mulher no climatério na Atenção Básica de Saúde. **REICEN Revista de Iniciação Científica e Extensão**, v.2, n.4, p.213-218, ago. 2019.

JOVENTINO, M. L. S. et al. Conhecimento do climatério entre usuárias da Estratégias Saúde da Família. **Revista de Ciências da Saúde Nova Esperança**, João Pessoa, v.18, n.3, p. 166-175, dez. 2020.

OLIVEIRA, Z. M; SANTOS, R. S; VARGENS, O. M. C. Cuidado de Enfermagem no climatério: perspectiva desmedicalizadora na Atenção Primária de Saúde. **Revista de Enfermagem UFPE on line**, Recife, v.11, n.2, p. 1032-1043, fev. 2017.

Recebido: 04/11/2022

Aprovado: 14/12/2022