

**FACULDADE DE CIÊNCIAS HUMANAS, EXATAS E DA SAÚDE DO PIAUÍ  
INSTITUTO DE EDUCAÇÃO SUPERIOR DO VALE DO PARNAÍBA**

**ALISSON BRUNO DA SILVA NOBRE DE SÁ**

**JOÃO GABRIEL ARAUJO COELHO**

**WILLDANDERSON SANTOS LOBÃO BRAGA**

**IMPACTOS FÍSICOS, PSICOLÓGICOS E SOCIAIS DAS ALTERAÇÕES SEXUAIS  
EM MULHERES NO CLIMATÉRIO: Uma Revisão de Literatura**



RESPONSABILIDADE  
SOCIAL DASIES  
ARMES

**PARNAIBA-PI**

**2025**

**ALISSON BRUNO DA SILVA NOBRE DE SÁ**

**JOÃO GABRIEL ARAUJO COELHO**

**WILLDANDERSON SANTOS LOBÃO BRAGA**

**IMPACTOS FÍSICOS, PSICOLÓGICOS E SOCIAIS DAS ALTERAÇÕES SEXUAIS  
EM MULHERES NO CLIMATÉRIO: Uma Revisão de Literatura**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Faculdade de Ciências Humanas, Exatas e da Saúde Do Piauí (FAHESP) - Instituto de Educação Superior do Vale do Parnaíba (IESVAP), como requisito obrigatório para obtenção do título de Bacharel em Medicina.

Linha de pesquisa:

Orientador: Prof(a). Ayane Araújo Rodrigues

**PARNAIBA-PI**

**FACULDADE DE CIÊNCIAS HUMANAS, EXATAS E DA SAÚDE DO PIAUÍ  
INSTITUTO DE EDUCAÇÃO SUPERIOR DO VALE DO PARNAÍBA**

## RESUMO

**Introdução:** O climatério é uma fase natural marcada pela interrupção da menstruação e alterações hormonais que afetam a saúde física, mental e sexual das mulheres. Sintomas como ondas de calor, insônia e variações de humor, aliados a mudanças na identidade e nos papéis sociais, podem impactar o bem-estar. Fatores biológicos, psicológicos, sociais e culturais influenciam o comportamento sexual. Compreender essas relações é essencial para melhorar a qualidade de vida nesse período. **Objetivo:** investigar como a menopausa influencia no comportamento sexual e saúde mental das mulheres. **Metodologia:** Foi realizada uma revisão narrativa da literatura científica para mapear e sintetizar o conhecimento atual sobre o tema, explorando estudos empíricos, revisões teóricas e meta-análises relevantes. Com base nos resultados obtidos, foram propostas recomendações práticas e sugestões para políticas e práticas de saúde voltadas para mulheres na menopausa, visando promover seu bem-estar sexual e mental. **Resultados e discussão:** As informações apresentadas neste estudo representam iniciativas relevantes para compreender como as mulheres vivenciam as mudanças físicas e emocionais dessa fase da vida, contribuindo também para a promoção da saúde. Os resultados obtidos oferecem uma nova perspectiva sobre o climatério e a menopausa, especialmente no contexto da saúde sexual feminina. Assim, a pesquisa aprofunda o conhecimento sobre o tema e seus impactos na vida das mulheres e no sistema público de saúde. **Conclusão:** A menopausa, por envolver múltiplas dimensões da saúde feminina, exige uma abordagem integral que considere os aspectos físicos, mentais e sociais. Ações voltadas para esses impactos permitem direcionar medidas eficazes de cuidado, promovendo o bem-estar e a qualidade de vida das mulheres durante o climatério.

**Palavras-chave:** Menopausa; Saúde Mental; Sexualidade; Climatério.

## ABSTRACT

**Introduction:** Climacteric is a natural phase marked by the cessation of menstruation and hormonal changes that affect women's physical, mental, and sexual health. Symptoms such as hot flashes, insomnia, and mood swings, combined with changes in identity and social roles, can impact well-being. Biological, psychological, social, and cultural factors influence sexual behavior. Understanding these relationships is essential to improving quality of life during this period. **Objective:** to investigate how menopause influences women's sexual behavior and mental health. **Methodology:** A narrative review of the scientific literature was conducted to map and synthesize current knowledge on the subject, exploring relevant empirical studies, theoretical reviews, and meta-analyses. Based on the results obtained, practical recommendations and suggestions for health policies and practices aimed at menopausal women were proposed, aiming to promote their sexual and mental well-being. **Results and discussion:** The information presented in this study represents relevant initiatives to understand how women experience the physical and emotional changes of this phase of life, also contributing to health promotion. The results obtained offer a new perspective on climacteric and menopause, especially in the context of female sexual health. Thus, the research deepens knowledge on the topic and its impacts on women's lives and the public health system. **Conclusion:** Menopause, because it involves multiple dimensions of women's health, requires a comprehensive approach that considers physical, mental and social aspects. Actions aimed at these impacts allow for effective care measures to be directed, promoting the well-being and quality of life of women during climacteric.

**Keywords:** Menopause; Mental Health; Sexuality; Climacteric.

## SUMÁRIO

|    |                                 |                                     |
|----|---------------------------------|-------------------------------------|
| 1. | INTRODUÇÃO .....                | 6                                   |
| 2. | REFERENCIAL TEÓRICO.....        | 7                                   |
| 3. | METODOLOGIA .....               | 13                                  |
| 4. | RESULTADO DA DISCUSSÃO.....     | 14                                  |
| 5. | CONCLUSÃO .....                 | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
|    | REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS..... | 16                                  |

## 1 INTRODUÇÃO

Ao longo do século XX, até o início da década de 1980, o principal conteúdo das políticas nacionais de saúde para as mulheres eram questões relacionadas com a gravidez e os cuidados com o recém-nascido, e a sua implementação foi específica pela verticalização da ação e pela dissociação de outras questões de saúde (Rosa, 2023).

O Programa Nacional de Assistência Integrada à Saúde da Mulher (PNAISM) foi criado em 2004, baseado em princípios de integridade, acesso universal e equidade do Sistema Único de Saúde (SUS), por meio de ações promocionais, preventivas e curativas. Além das questões de prevenção materna, o programa também inclui questões como os direitos sexuais e reprodutivos, o combate à violência doméstica e sexual, o tratamento do HIV/AIDS e de doenças crônicas não transmissíveis (Machado e Pena, 2022).

Refletir sobre o cuidado abrangente da saúde da mulher implica, entre outros pontos, examinar as práticas profissionais, a estrutura dos serviços e as políticas governamentais em relação aos desafios de saúde enfrentados por esse grupo. Dentro desse contexto, destacou-se a necessidade de abordar os momentos da vida feminina que historicamente têm sido subestimados, como o climatério, uma fase de transição do período reprodutivo para o não reprodutivo (Luz e Frutuoso, 2021).

O climatério é um estágio natural que a maioria das mulheres experimenta entre os 45 e 52 anos. É caracterizada por mudanças nos níveis hormonais e pelo fim do ciclo menstrual. Estima-se que, até 2030, cerca de 1,2 bilhão de mulheres em todo o mundo estarão passando pela menopausa ou já estarão na fase pós-menopausa, uma vez que 47 milhões de novos casos surgem a cada ano. Mais de 85% dessas mulheres podem enfrentar sintomas desafiadores, tais como ondas de calor, suores noturnos, distúrbios do sono, disfunção sexual, alterações de humor, aumento de peso e declínio cognitivo (Johnson, 2019).

É consensual que as respostas sexuais humanas apresentam uma série previsível de alterações físicas e psicológicas, embora possam diferir entre homens e mulheres. A fisiologia da resposta sexual feminina é originalmente descrita em quatro estágios lineares e sequenciais, posteriormente caracterizados pelo modelo trifásico que consiste em desejo, motivação e orgasmo. É enfatizado o valor das relações interpessoais na sexualidade feminina, um modelo de função sexual feminina com uma trajetória cíclica em que a

estimulação emocional e os relacionamentos desempenham um papel fundamental (Trento *et al.*, 2021).

A função sexual feminina depende de uma complexa interação de fatores físicos, psicossociais e neurobiológicos. Posto isto, nas últimas décadas, houve um interesse crescente no impacto dos traços de personalidade na saúde geral e em muitos aspectos da qualidade de vida, incluindo o comportamento sexual (Barbagallo *et al.*, 2022).

É importante ressaltar que as queixas de ordem psicossocial e afetiva são as que mais interferem na qualidade de vida da mulher no climatério, como tristeza, humor depressivo, falta de energia, desânimo, déficit de atenção, concentração e memória, insônia, irritabilidade, anedonia, cansaço, ansiedade e diminuição da libido. (Curta, 2020)

A pesquisa de Santos *et al.* (2021) analisou a função sexual e a satisfação conjugal de mulheres climatéricas atendidas na atenção primária. O estudo identificou uma maior prevalência de disfunção sexual entre mulheres com idade igual ou superior a 60 anos, sem ocupação remunerada, com comorbidades, em uso de medicação contínua e sintomas climatéricos severos. A função sexual mostrou-se associada à satisfação conjugal, indicando que as alterações fisiológicas e o nível de interação com o cônjuge podem influenciar na disfunção sexual.

Assim, é percebida a importância de se resguardar o bem-estar e a qualidade de vida em todo o ciclo vital feminino. No entanto, considerando o aumento de mulheres climatéricas devido à mudança do perfil populacional resultante da elevação na expectativa de vida das brasileiras e da população mundial, nota-se a carência de políticas públicas em saúde da mulher nessa fase e o desconhecimento, também, da variedade de morbidades que pode acometê-las.

Desta forma, o estudo visou a realização de uma revisão narrativa para investigar a interação entre menopausa, comportamento sexual e saúde mental em mulheres.

## 2 REFERENCIAL TEÓRICO

Vários estudos sobre a temática climatério e sexualidade foram surgindo com o passar dos anos, com isso foi possível perceber que todas as ações do ser humano são movidas pelo desejo sexual, e que a "pulsão" ultrapassa a reprodução e o prazer. No entanto, a sexualidade segue sendo marginalizada. Durante sua criação, as mulheres não podem expressar sua

feminilidade, sendo criadas para serem apenas filhas e mães. Em contrapartida, os homens são exaltados por aprenderem desde crianças a exibirem sua masculinidade (Dantas *et al.*, 2022).

Além de receber de maneira incompleta ou, na maioria das vezes, não receber nenhuma instrução/informação relacionada ao sexo, a mulher é ensinada desde muito cedo a não ceder aos seus desejos mais íntimos e a se comportar bem. Ademais, é durante a menarca que a mulher vive a sua maior expressão da sua atividade sexual, sendo também o momento onde ela vai sofrer a maior parte de seus problemas referentes a essa temática, visto não ser ao perfeito funcionamento de seus órgãos que sua saúde se restringe, mas engloba ainda o contexto sexual vivido, que vai bem além do coito (Castilhos *et al.*, 2021).

Compreende-se que o tema sobre a sexualidade feminina sempre foi coibido, permanecendo até os dias atuais repleto de tabus pelas próprias mulheres e não apenas por uma parte da sociedade, uma vez que estas se sentem envergonhadas, achando impróprio falarem sobre tal tema e por se colocarem em posição inferior para se dispor em relação a um assunto até então dominado pelo universo masculino. A mulher que passa pela fase do climatério é outra discussão que vem à tona pelo estudo de toda essa problemática da submissão feminina, da “mulher-mãe”, e outras como a acentuada cobrança social pela boa e jovial aparência da mulher, e a imposição do ser sensual para atrair seus maridos ao sexo (Silva *et al.*, 2020).

Em conformidade com a Organização Mundial de Saúde, o climatério diz respeito à fase da vida da mulher que varia entre os 40 anos e 65 anos, e que abarca o final da fase reprodutora e a senilidade. Durante esse lapso, acontece a menopausa, datada pela última menstruação da vida de uma mulher (Alcântara *et al.*, 2020).

Para autores como Trento, Madeiro e Rufino (2021), além de apenas mudanças físicas, a menopausa também abrange questões emocionais e psicológicas, uma vez que efetua uma intervenção significativa no aspecto sexual das mulheres. Assim, a menopausa se destaca com uma natureza multifacetada, necessitando de uma abordagem integralizada das verdadeiras carências apresentadas pelas mulheres durante tal transição.

Durante esse período, as mulheres tendem a se basear em valores antigos e já pré-estabelecidos e, por acreditarem que já não podem mais ser desejadas e olhadas como um ser completo, passam a adquirir o medo do envelhecer. A jovialidade e a feminilidade da mulher são recordadas através da menstruação, dando a esta a perspectiva de um futuro maternal, com a sensação de fertilidade garantida. Consequentemente, os conflitos acerca do fim de

seus ciclos menstruais podem afetar psiquicamente a mulher climatérica, indo além das mudanças biológicas (Alcântara *et al.*, 2020).

A influência social, a exigência exacerbada, o desgaste da beleza e da jovialidade são fatores que agravam o climatério, período em que o corpo feminino passa por alterações do inevitável processo de envelhecimento e a finitude, por consequência, apresentando quadros de insegurança e solidão, prejudicando o seu convívio social, conjugal e familiar (Cunha *et al.*, 2021).

O presente estudo, ao relatar a depressão e a ansiedade como alguns dos sintomas prevalentes na menopausa, também destaca que esta se trata de uma desafiadora jornada emocional que, em sua maioria, vem acompanhada de dificuldades na função sexual ou de uma diminuição no desejo sexual. A partir de tal ponto, nota-se a necessidade de um apoio inclusivo, que ofereça suporte e orientações que vão além das questões físicas, como no caso da secura vaginal, mas que ainda proporcione a ajuda psicológica necessária, para que estas mulheres possam passar por tantas mudanças em sua sexualidade (Waetjen *et al.*, 2022). Consequentemente, é imprescindível que todos os aspectos, sejam eles emocionais ou físicos, sejam considerados, a fim de que resultados ocasionados pela menopausa na sexualidade feminina possam ser questionados de forma eficiente, de maneira que possibilite uma vida sexual satisfatória, objetivando um cuidado íntegro e o bem-estar das mulheres nessa fase da vida.

Ainda que a etiopatogenia do climatério importe o eixo hipotálamo-hipófise-ovariano, são os ovários os órgãos com maiores influências e que sediem inúmeras atrésias foliculares que ocorrem durante a vida da mulher. O desaparecimento completo dos folículos é culminado pelo acentuamento das células germinativas que reduzem durante o climatério, com isso acabam determinando a esterilidade definitiva da mulher. A partir disto, um desequilíbrio nos ciclos é gerado pela redução dos folículos ovarianos, podendo encurtar ou alongar, e frequentemente cursando com ciclos anovulatórios (Sabóia *et al.*, 2021). O autor acima mencionado ainda destaca que, com essa redução, em seguida ao pico inicial, o estrógeno e a inibina propendem a decair progressivamente; por conseguinte, o Hormônio Luteinizante (LH) e o Hormônio Folículo-estimulante (FSH) aumentam com o objetivo de preservar a foliculogênese.

O volume médio dos ovários, durante a menopausa, é de 8 a 9 cm<sup>3</sup>, e na pós-menopausa passa a ser de 2 a 3 cm<sup>3</sup>. Contudo, o equilíbrio clínico e endocrinológico dessa mulher ainda pode se manter suficiente, pois ainda há uma produção basal de hormônios como a estrona,

androstenediona e testosterona, e uma mínima de progesterona e estradiol. Seja intenso ou brando, é bem comum a apresentação de algum sinal ou sintoma no climatério, e este sofre influência de inúmeros fatores externos e/ou internos. As mudanças morfológicas e neuropsíquicas, bem como as alterações hormonais, podem alterar sua qualidade de vida e autoestima, repercutindo na saúde da mulher (Santos *et al.*, 2021).

Existem ainda, alguns sinais e sintomas que podem ocorrer, a título de exemplo podemos citar as manifestações neurogênicas, sendo estas os sintomas mais comuns durante o climatério, como tonturas, palpitações, fogachos, insônia e cefaleia; temos ainda as alterações menstruais, podendo alargar e/ou encurtar os ciclos, diminuindo e/ou aumentando o fluxo e ciclos anovulatórios; outras que podem ser citadas são as manifestações tegumentares, podendo apresentar aparecimento de rugas, enfraquecimento muscular, perda da elasticidade cutânea e aumento de manchas; alterações urogenitais como disúria e urgência miccional, e como ressecamento vaginal; e por fim citamos as Manifestações no metabolismo ósseo, podendo cursar com osteoporose, no metabolismo lipídico fator de risco para doenças cerebrovascular isquêmica e cardiovascular (Peixoto *et al.*, 2020).

Sabe-se que o climatério é inevitável na vida da mulher, posto ser uma fase natural, reconhecida através de alterações físicas e hormonais ocorridas geralmente entre os 45 e 55 anos. Outra variedade de sintomas também é destacada em uma das definições mais atualizadas dessa transição, indo além da menopausa, isto é, além da cessação da menstruação. Alterações de humor, ondas de calor, impactos na saúde óssea e distúrbios do sono também são sintomas que ganham destaque nesse período. A diminuição gradual na produção de estrogênio pelos ovários é um dos resultados gerados por essas transformações, provocando um acervo de ajustes no sistema hormonal (Wantini *et al.*, 2023).

Podendo ocasionar diminuição da libido, frequência e resposta orgástica, os problemas pertinentes ao âmbito sexual estão muito, porém não somente, relacionados às alterações anátomo-funcionais, devido aos sinais de hipotrofia ou atrofia genitourinárias. A mulher climatérica, ao praticar bons hábitos de vida, como alimentação equilibrada e exercícios físicos, e receber maior apoio social, propende a um maior prazer sexual e vivenciar melhor sua sexualidade, tudo isso em virtude da influência biopsicossocial (Mota *et al.*, 2021).

Ainda, tanto a frequência das relações como o desejo pelo sexo podem vir a diminuir com o aumento da idade da mulher, todavia o potencial e o interesse para o prazer subsistem por toda a vida. Juntamente a isso, existem pesquisas mostrando que a testosterona foi capaz de elevar a libido e a consequente resposta sexual, no entanto, a frequência do coito e a

capacidade orgástica não foram afetadas. É possível deduzir, com isso, que quando há uma relação íntima satisfatória entre os envolvidos no sexo e suas particularidades, os efeitos hormonais se tornam ainda mais evidentes (Oliveira, Gonçalves, 2021).

Alguns estudos relatam que durante a menopausa há uma baixa no desejo, na prática e na atração sexual, ocorrendo ainda um distanciamento dos padrões estéticos até então tidos ao longo da menopausa, cooperando para que o sexo fique como “obrigatório” e a própria satisfação sexual seja deixada de lado, no intuito de satisfazer o parceiro. Nada obstante, relatos de mulheres afirmam que se sentem mais dispostas a se redescobrir e “aventurar” em novas possibilidades fortalecem o fato de que cada mulher é única e vivencia suas fases de maneira particular, fazendo estas aproveitarem a bagagem de experiências obtidas no decorrer da vida, e do fim dos ciclos menstruais e da possibilidade de engravidar (Silva *et al.*, 2020).

A redução da satisfação sexual e a ansiedade podem ocorrer devido à dispareunia, o que pode ocorrer com a queda hormonal, uma vez que a lubrificação vaginal e suas mudanças anatômicas em circunferência e comprimento tendem a diminuir. Além de outras alterações por todo o corpo da mulher, sejam elas positivas e/ou negativas, o clitóris também diminui sua sensibilidade. Usufruindo da circunstância, este se torna um ótimo momento para que outras zonas de prazer sejam descobertas e se autorizar a curtir das inúmeras possibilidades na vivência sexual (Trento *et al.*, 2021).

A forma severa dos sintomas que algumas mulheres experimentam no climatério e na menopausa acaba associada a uma visão negativa, visto que esses sintomas são fatores que pioram suas condições sociais. Algo que pode propiciar uma visão negativa da vida como um todo é o fator cultural relacionado à depressão e o conceito de que a mulher pode ser retirada do convívio social e dos cuidados com a saúde durante o período do climatério, o que representaria para elas o fim da vida profissional e pessoal (Curta; Weissheimer, 2020).

Para mais, uma grande quantidade de mulheres evidencia o aumento da satisfação sexual com o passar dos anos, sobretudo para as que se encontravam em um relacionamento emocionalmente saudável, destacando que um fator relevante para o melhor enfrentamento desse processo de transição foram as demonstrações de amor vindo de seus parceiros. Destarte, a resposta sexual feminina sai de uma situação neutra até atingir o desejo sexual, tendendo a ser o oposto da masculina. Apenas um afeto, um carinho ou a sensação de pertencer a alguém pode ser motivo para tal ato para a mulher (Silva *et al.*, 2020).

Desde outrora, para autores como Soares e Almeida (2002), a certificação do crescimento de psiquiátrica ou a ocorrência/exacerbação de alguns quadros psíquicos, em

certos períodos do ciclo de vida da mulher, também já eram considerados aspectos a serem levados em conta, como por exemplo os quadros psicóticos e depressivos no período puerperal.

De acordo com Soares e Almeida (2002), foi relatada uma maior incidência, durante o período pré-menstrual, de transtornos depressivos, ataques de pânico, agorafobia, episódios psicóticos transitórios, quadros de mania, episódios de bulimia (caracterizados por compulsão alimentar, às vezes seguidos de vômito autoinduzido), comportamentos violentos e/ou criminosos, bem como um aumento nas internações psiquiátricas. Os autores destacam, ainda, que a perimenopausa representa um período de maior vulnerabilidade para transtornos psíquicos do que a pós-menopausa.

Ainda para os autores supracitados, o período já era considerado um momento de grandes mudanças na vida de cada mulher e fatores como mudanças em seu papel familiar, alterações em seu espaço profissional e dificuldades em exercer plenamente sua vida sexual, podem resultar em elevado estresse, ocasionando mudanças na sua autoestima. Contudo, não podemos assegurar que tais fatores sejam fundamentais para que quadros psíquicos ocorram.

Ainda assim, a menopausa também proporciona alterações psicológicas variadas, não sendo apenas um período de transformações biológicas na vida das mulheres, podendo impactar no seu comportamento e no seu bem-estar. O humor é uma das principais alterações percebidas, podendo intercalar entre a angústia, irritabilidade, contentamento, tristeza e melancolia, durante o dia a dia da mulher. A redução na produção de hormônios é o que provoca tais oscilações. Uma vez que o principal responsável pelo ciclo menstrual é o estrogênio, os níveis desse hormônio no organismo reduzem consideravelmente à medida que a mulher chega nesta etapa da vida. Assim, o evento da ovulação e da menstruação reduz até não existir mais (Caism, 2022).

Com isso, mudanças no físico e psíquico da mulher são propiciadas pelo climatério, por si só, que pode trazer consequências negativas para que a mulher viva este período juntamente ao estigma do envelhecimento que ele carrega. Conclui-se que essa vivência no climatério e a sexualidade feminina ultrapassam os do sexo e das mudanças fisiológicas desta fase da vida. Os relacionamentos vividos, o conhecimento do próprio corpo, os bons hábitos de vida, os hobbies, a espiritualidade, as experiências adquiridas com o decorrer dos anos, o apoio social e a própria informação sobre o climatério são fatores muito importantes, tão quanto os fisiológicos (Sabóia *et al.*, 2021).

Dessarte, a análise e observação da qualidade de vida das mulheres nessa fase do climatério exerce uma fundamental atribuição na atenção à saúde, tendo em vista que diversos aspectos de seu bem-estar físico, emocional e social podem ser afetados significativamente por essa fase de transição hormonal. Entender e mensurar a qualidade de vida dessas mulheres também auxilia na identificação de áreas específicas que podem requerer intervenção e apoio, não apenas proporcionando percepções acerca do seu estado de saúde global. No mais, a avaliação da qualidade de vida pode ser vista como algo valioso, possível de monitoramento dos resultados de programas de cuidados direcionados ao climatério e de intervenções terapêuticas, auxiliando, desta forma, na concepção de políticas de saúde mais eficazes e abrangentes, que objetivem o bem-estar e a melhoria do estilo de vida dessas mulheres em uma fase tão relevante da sua vida.

### **3 METODOLOGIA**

Para a seleção do material, sobre a temática climatério, sexualidade e saúde realizados buscas de artigos nas bases de dados Literatura Latino Americana e do Caribe de Ciências da Saúde (LILACS), Scientific Electronic Library Online (SCIELO), cujo propósito estivesse conforme o objetivo de estudo pretendido.

Em seguida, desenvolveu-se a leitura dinâmica para auxiliar na identificação dos estudos encontrados e contribuir na seleção dos artigos a serem incluídos na pesquisa. Logo após a leitura analítica e interpretativa foi possível especificar os critérios de inclusão e exclusão, abaixo descritos, objetivando selecionar os artigos em definitivo.

Como critérios de inclusão para a seleção das referências foram analisados estudos publicados em língua vernácula, que abrangeram como tema central a pessoa no climatério, sexualidade e saúde mental, bem como artigos disponíveis em formato eletrônico para acesso gratuito em texto completo, publicados nas bases de dados Literatura Latino Americana e do Caribe de Ciências da Saúde (LILACS), Scientific Electronic Library Online (SCIELO), publicados nos períodos entre 2020-2024.

Em contrapartida, foram excluídos da pesquisa aqueles artigos que não abordassem a temática do estudo e artigos duplicados nas bases pesquisadas, além daqueles com indisponibilidade do artigo completo em meio eletrônico, artigos publicados fora do período do estudo e indisponíveis gratuitamente.

## **4 RESULTADOS E DISCUSSÕES**

Esse presente trabalho possibilitou entender as principais manifestações que ocorrem em mulheres durante o climatério e a menopausa, com base em dados obtidos por meio de uma revisão bibliográfica, além de abordar a influência desse período no desenvolvimento sexual

O estudo revela que, em sua maioria, das mulheres experimentam o climatério de maneira negativa, influenciada por diversos fatores emocionais, sociais, culturais e psicológicos. Além disso, algumas manifestações sintomatológicas, como a redução do desejo sexual, fogachos, o envelhecimento do corpo, estresse, baixa autoestima e a ausência de libido, contribuem para esse sofrimento, levando ao distanciamento em relação ao cônjuge.

Foi possível, ainda, observar que a menopausa é um período de grande relevância para as mulheres, caracterizado por transformações significativas que todas elas esperam enfrentar.

Foi constatado que cada mulher vive o climatério de forma única, e as sintomatologias que surgem impactam de maneiras diferentes em suas vidas. Além disso, nem todas possuem o conhecimento necessário para atravessar essa fase de maneira mais positiva. O apoio da família e do parceiro é fundamental nesse momento, pois eles desempenham um papel essencial ao oferecer suporte emocional, demonstrando compreensão diante da complexidade dessa fase da vida.

## **5 CONCLUSÃO**

Dada a relevância do tema, reconhecemos a necessidade de oferecer uma abordagem e assistência integral a essas mulheres, que incluem orientações sobre cuidados, prevenção e apoio psicológico. Além disso, é fundamental enfatizar que esse período deve ser visto como uma fase fisiológica, e não como o fim de suas atividades sexuais.

Dessa forma, os profissionais que atendem mulheres durante o climatério devem adquirir conhecimentos mais aprofundados sobre o tema e compreender que cada mulher pode vivenciar essa fase de maneiras distintas. Assim, é essencial que cada singularidade receba intervenções humanizadas e qualificadas, com o objetivo de aprimorar o atendimento e a experiência durante esse período.

É fundamental que haja continuidade nos estudos e abordagens direcionadas a esse grupo de mulheres, que inevitavelmente passarão por essa fase. Portanto, espera-se que este trabalho contribua para a adaptação ao climatério por meio da mudança de estilo de vida, do desenvolvimento sexual e da valorização da autoestima, reduzindo assim a percepção negativa em relação à menopausa.

## REFERÊNCIAS

- ALCÂNTARA, L. L., *et al.* **Conhecimento das mulheres e dos homens referente ao climatério e menopausa.** Enfermagem em Foco, 2020; 11(1): 44-49.
- BARBAGALHO, F., *et al.* **Relação entre traços de personalidade e função sexual em mulheres sintomáticas na pós-menopausa.** Vol. 166, agosto de 2022.
- CAISM. **Coordenadoria de Assistência Integral à Saúde da Mulher.** Protocolo De Atenção Às Mulheres No Climatério E Menopausa. Prefeitura Municipal de Ribeirão Preto. 2022.
- CASTILHOS, L., *et al.* Necessidades de cuidado de mulheres no climatério com hipertensão: possibilidades de trabalho do enfermeiro. **Revista de Enfermagem da UFSM**, 2021; 11: 15
- CUNHA, M. A. L., *et. al.* **Atendimento à mulher climatérica em unidades básicas de saúde: a integralidade em questão.** Brasília – DF, 2021.
- CURTA; J. C.; WEISSHEIMER; A. M.. Percepções e sentimentos sobre as alterações corporais de mulheres climatéricas. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, Porto Alegre, 2020.
- Dantas; L. M. *at al.* A vivência da sexualidade feminina no climatério: uma nova perspectiva frente a esse período de transição. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 15, n. 3, p. e9976, 17 mar. 2022.
- JOHNSON, A; ROBERTS, L; ELKINS, G. **Medicina Complementar e Alternativa para a Menopausa.** J Evid Based Integr Med. 2019.
- LUZ, M. M. F.; FRUTUOSO, M. F. P.. **O olhar do profissional da Atenção Primária sobre o cuidado à mulher climatérica.** Interface (Botucatu). 2021.
- MACHADO, J. S. A.; PENNA, C. M. M. As políticas públicas de saúde e a fragmentação do corpo feminino em útero e peito. **Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 32(2), 2022.
- MOTA, L. J., *et al.* **Impactos do climatério em mulheres do sudoeste baiano.** Research, Society and Development, 2021.
- OLIVEIRA, J.G.; GONÇALVES, K. A. M. **Climatério e menopausa: orientações do farmacêutico e o impacto na saúde da mulher.** Research, Society and Development, 2021.
- PEIXOTO, R. C. A., *et al.* Climatério: sintomatologia vivenciada por mulheres atendidas na atenção primária. **Revista de Ciências da Saúde Nova Esperança**, 2020; 18(1): 18-25.

ROSA, H. **Uma cidadania da fertilidade – as políticas de saúde da mulher como tecnologias de produção do sexo e do gênero.** Saúde Soc. São Paulo, v.32, n.2, 2023.

SABÓIA, B, A. *et al.* **Assistência de enfermagem à mulher no climatério e menopausa: estratégia de inclusão na rotina das unidades básicas de saúde.** Scire Salutis, 2021; 11(3): 80-89.

SANTOS, M. A., *et al.* Qualidade do sono e sua associação com os sintomas de menopausa e climatério. **Revista Brasileira de Enfermagem**, 2021; 74: 1-7.

SANTOS, T. F., dos Santos, L., & Boery, R. N. S. de O. (2021). Função sexual e satisfação conjugal de mulheres climatéricas assistidas na atenção primária. **Fisioterapia Brasil**, 25(4), 1014.

SILVA, N. A., *et al.* Sexualidade feminina na menopausa: um olhar de maior visibilidade. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, 2020; (51): e3413.

SOARES, C.N.; ALMEIDA; A.M.M. **Menstruação: dos mitos às suas entidades clínicas e repercussões psíquicas**, em: Psiquiatria e Psicologia no Hospital geral: integrando as especialidades. São Paulo: Editora Meleiro Lemos, 2002.

TRENTO, S. R. S. S., *et al.* Função sexual e fatores associados em mulheres na pós-menopausa. **Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia**, 2021; 43: 522-529.

TRENTO, S. R. S. S.; MADEIRO, A.; RUFINO, A. C.; Função sexual e fatores associados em mulheres na pós-menopausa. **Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia**, 2021.

WAETJEN, L. E. *et al.* **Patterns of Sexual Activity and the Development of Sexual Pain Across the Menopausal Transition.** *Obstetrics and Gynecology*, v. 139, n. 6, p. 1130–1140, 1 jun. 2022.

WANTINI, N. A.; *et al.*, Jacoba Nugrahaningtyas Wahjunung. Factors Related to Women's Quality of Life in The Climacteric Period. *Jurnal Ners dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, v. 10, n. 1, p. 075- 083, 2023.

