

CENTRO UNIVERSITÁRIO UNINOVAFAPÍ
BACHARELADO EM MEDICINA

MARIA DALLYNE GOMES CARVALHO
MARIA DUCARMO SILVA FERREIRA DE CASTRO

**REPERCUSSÕES PSICOLÓGICAS NA SAÚDE DA MULHER DO CLIMATÉRIO À
MENOPAUSA**

TERESINA

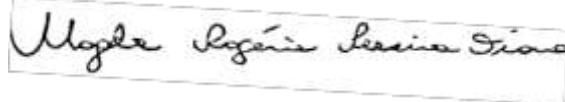
2025

MARIA DALLYNE GOMES CARVALHO

MARIA DUCARMO SILVA FERREIRA DE CASTRO

**REPERCUSSÕES PSICOLÓGICAS NA SAÚDE DA MULHER DO CLIMATÉRIO À
MENOPAUSA**

Trabalho de Conclusão de Curso - TCC
apresentado ao Centro Universitário
UNINOVAFAPI como requisito parcial
para obtenção de título de Bacharelado
em Medicina.

A rectangular box containing a handwritten signature in dark ink. The signature is written in a cursive style and appears to read "Magda Rogéria Pereira Viana".

Orientadora: Profa. Dra. Magda

Rogéria Pereira Viana

FICHA CATALOGRÁFICA

C331r Carvalho, Maria Dallyne Gomes

Repercussões psicológicas na saúde da mulher do climatério à menopausa/
Maria Dallyne Gomes Carvalho; Maria Dallyne Silva Ferreira de Castro.
– Teresina: UNINOVAFAPI, 2025.

Orientador (a): Prof. Dra. Magda Rogéria Pereira Viana. –
UNINOVAFAPI, 2025.

21. p.; il. 23cm.

Trabalho de conclusão (Graduação em medicina) – UNINOVAFAPI,
Teresina, 2025.

1. Climatério. 2. Menopausa. 3. Saúde mental. 4. Ansiedade. 5.
Depressão. I. Título. II. Carvalho, Maria Dallyne Gomes. III.
Castro, Maria Dallyne Silva Ferreira de.

CDD 612.665

Catálogo na publicação
Francisco Renato Sampaio da Silva – CRB/1028

TERESINA

2025

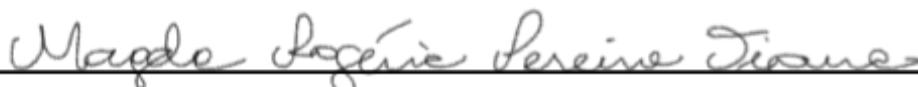
FOLHA DE APROVAÇÃO

REPERCUSSÕES PSICOLÓGICAS NA SAÚDE DA MULHER DO CLIMATÉRIO À MENOPAUSA

Trabalho de Conclusão de Curso - TCC apresentado ao Centro Universitário UNINOVAFAPI como requisito parcial para obtenção de título de Bacharelado em Medicina.

Data de aprovação 04 / 06 2025

BANCA EXAMINADORA



Profª. Dra. Magda Rogéria Pereira Viana Centro

Universitário UNINOVAFAPI



Profª. Dra. Francileia Nogueira Centro

Universitário UNINOVAFAPI

DANILO GONCALVES
DANTAS:0248408135

9

Assinado digitalmente por DANILO GONCALVES
ND: C=BR, S=CE, L=Sobral, O=ICP-Brasil, OU=Certificado
Digital PPA1, OU=Videoconferencia, OU=23958279000116,
OU=AC SingularID Multipla, CN=DANILO GONCALVES
DANTAS:02484081359
Razão: Eu sou o autor deste documento
Localização: TERESINA-PI/PI
Font: PDF Reader, versão 2.02.04.0

Prof. Esp. Danilo Dantas

Centro Universitário UNINOVAFAPI

RESUMO

O climatério e a menopausa representam fases naturais do ciclo de vida feminino, marcadas por transformações hormonais, físicas e emocionais, essas transformações incluem, ainda, efeitos psicológicos que impactam diretamente na qualidade de vida da mulher. Considerando esses aspectos, o presente estudo objetivou analisar os efeitos psicológicos experienciados por mulheres ao longo do climatério e da transição para a menopausa. O método escolhido para desenvolver este estudo foi uma Revisão Integrativa da Literatura em que foram selecionados dez estudos publicados entre os anos de 2020 e 2024, conforme critérios pré-estabelecidos. A exploração dos estudos na literatura se deu através da estratégia de busca com termos em português e inglês realizadas nas bases de dados: Biblioteca Virtual Scientific Electronic Library Online - SciELO; Literatura Latino - Americana e do Caribe em Ciências da Saúde; Base de Dados em Enfermagem (BDENF), Biblioteca Virtual em Saúde - BVS, PubMed, Portal de Periódicos da Capes e Web of Science e na Scopus. Os resultados revelaram a frequência de sintomas como fragmentação do sono, ansiedade, irritabilidade, depressão e insatisfação sexual presentes nessa fase da vida, impactando de forma negativa a qualidade de vida e o estado emocional. As análises reforçam a importância de acolhimento psicossocial e intervenções multidisciplinares a fim de garantir uma assistência holística. A partir desses achados, conclui-se que os dados sobre os impactos psicológicos vivenciados pelas mulheres no período climatério-menopausa norteia a formulação de políticas públicas mais eficazes, direciona intervenções mais adequadas à esta fase vital e qualifica às práticas clínicas voltadas à saúde da mulher.

Palavras-chave: Climatério; Menopausa; Saúde Mental; Ansiedade; Depressão.

ABSTRACT

Climacteric and menopause represent natural phases of the female life cycle, marked by hormonal, physical, and emotional transformations. These transformations also include psychological effects that directly impact a woman's quality of life. Considering these aspects, the present study aims to analyze the psychological effects experienced by women during the climacteric and the transition to menopause. The method chosen to develop this study was an Integrative Literature Review, in which ten studies published between 2020 and 2024 were selected according to predefined criteria. The exploration of the studies in the literature was carried out through a search strategy using Portuguese and English terms in the following databases: Scientific Electronic Library Online (SciELO), Latin American and Caribbean Health Sciences Literature (LILACS), Nursing Database (BDENF), Virtual Health Library (VHL), PubMed, Capes Portal of Journals, Web of Science, and Scopus. The results revealed the frequency of symptoms such as fragmented sleep, anxiety, irritability, depression, and sexual dissatisfaction during this phase of life, negatively affecting the woman's quality of life and emotional state. The analyses underscore the importance of psychosocial support and multidisciplinary interventions to provide holistic care. Based on these findings, it is concluded that data on the psychological impacts experienced by women during climacteric and menopause guide the formulation of more effective public policies, direct more appropriate interventions for this vital phase, and help improve clinical practices related to women's health.

Keywords: Climacteric; Menopause; Mental Health; Anxiety; Depression.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	8
1.1 Objeto de Estudo.....	9
1.2 Objetivos.....	9
1.3 Justificativa e Relevância	9
2 MÉTODO	10
3 RESULTADOS.....	13
4 DISCUSSÃO	17
5 CONCLUSÃO.....	20
REFERÊNCIAS	21

1 INTRODUÇÃO

Durante a vida, as mulheres passam por alterações fisiológicas relacionadas à menarca, gestação e menopausa. Antes da chegada da menopausa, podem surgir sintomas que indicam a sua aproximação, a fase denominada climatério que é caracterizado por três estágios: pré-menopausa ou perimenopausa, menopausa e a pós-menopausa. Essas sintomatologias, em sua maioria, trazem repercussões, especialmente no aspecto psicológico, podendo desencadear consequências deletérias para a saúde da mulher (Smith *et al.*, 2023).

A fase do climatério corresponde a uma fase natural do envelhecimento humano e atinge cerca de um terço da vida da mulher, o que caracteriza um longo período. No mundo, aproximadamente 25 milhões de mulheres passam pela fase climatérica a cada ano e cada mulher vivencia de forma singular e individual, onde algumas apresentam mais sintomas e mudanças de diferentes magnitudes do que outras que enfrentam por essa fase com relativa facilidade, visto que, cada sintoma varia de pessoa para pessoa, de intensidade e duração (Silva, Cunha, Menezes 2024).

A menopausa é um processo biológico natural que marca a transição do período reprodutivo para o não reprodutivo na vida da mulher, ocorrendo em virtude da diminuição da atividade dos ovários, que entram em falência. Isso se dá quando os folículos tornam-se insuficientes para produzir os hormônios femininos (estrogênio e progesterona) nas concentrações necessárias, chegando a um ponto irreversível. Dessa forma, a menopausa repercute em diversos órgãos-alvo e sistemas do corpo, manifestando-se, principalmente, de forma precoce, por meio de perturbações psicológicas (Cavalcanti, 2024).

Com essa mudança de fase na vida da mulher, ocorrem várias manifestações clínicas, como ausência de menstruação, alteração de humor, alterações no sono, disfunções sexuais, incontinência urinária, ganho de peso, cefaleia, osteoporose (em decorrência da queda do estrogênio, que torna a mulher mais vulnerável à perda de massa óssea), parestesias, entre outras. Entretanto, um sintoma particularmente comum e frequentemente relatado pelas mulheres é o “fogacho”, que consiste em ondas de calor de aparecimento abrupto, provocando uma sensação de calor intenso na região da cabeça, pescoço e peito, sendo acompanhado de rubor facial, sudorese, palpitações cardíacas, vertigens e cansaço muscular, entre outras manifestações (Martins; Silva; Souza, 2022).

As mudanças nos níveis hormonais, particularmente a diminuição de estrogênio e progesterona, podem estar associadas ao aparecimento de sintomas psicológicos, como

alteração de humor, irritabilidade e tristeza. Além disso, as alterações físicas, como o desajuste no período de sono, também podem contribuir para o desenvolvimento de problemas psicológicos. Entretanto, é importante considerar cada paciente individualmente, uma vez que as manifestações psicológicas podem apresentar variação de mulher para mulher (Galeno et al., 2023).

Assim, a exploração dessa temática, por meio deste estudo, apresenta relevância social e clínica. Compreender os sinais e sintomas do climatério, assim como suas repercussões (principalmente as psicológicas), proporciona uma reflexão sobre a importância de desenvolver políticas públicas direcionadas a essa fase do ciclo vital feminino (Silva et al., 2021). Isso implica na qualificação da atenção primária e na implementação de ações voltadas à promoção da saúde e à prevenção, que atendam às especificidades dessa etapa da vida da mulher.

1.1 OBJETO DE ESTUDO

- Analisar os efeitos psicológicos vivenciados pelas mulheres durante o climatério e a menopausa e como esses sintomas afetam a qualidade de vida.

1.2 OBJETIVOS

- Investigar as repercussões psicológicas que a sintomatologia do climatério e da menopausa pode trazer para a saúde da mulher.
- Discutir as mudanças que ocorrem no organismo da mulher no período do climatério a menopausa,, visando ao acolhimento dessa parcela da população e ao fornecimento de um cuidado integral e individualizado, voltado à melhoria da sua qualidade de vida.

1.3 JUSTIFICATIVA E RELEVÂNCIA

A escolha do tema é justificada pela necessidade de abordar uma fase crucial da vida da mulher a partir de uma perspectiva integral e científica. Do ponto de vista científico, é importante porque contribui para o avanço do conhecimento, ampliando a compreensão das complexas interações entre hormônios, cérebro e comportamento. Dessa forma, fortalece a literatura científica com novos dados, perspectivas e práticas clínicas, além de apoiar o desenvolvimento de políticas públicas de saúde mais eficientes.

Já para a sociedade e para as mulheres, o tema apresenta uma relevância substancial e abrangente, pois a compreensão desse período proporciona melhor qualidade de vida e harmonia na saúde psicoemocional, contribuindo para reduzir o estigma e promover uma visão mais ampla e empática das experiências vividas pelas mulheres durante a menopausa.

Portanto, este tema é também fundamental para a formação de acadêmicos de medicina, pois os incentiva a compreender a mulher de forma holística, considerando não apenas os aspectos biológicos, mas também os psicológicos e sociais da transição do climatério para a menopausa. Dessa forma, proporciona uma assistência mais humana, fortalece a sensibilidade e a empatia no atendimento às pacientes e valoriza suas experiências subjetivas e emocionais. Sua relevância revela-se tanto na melhoria da qualidade de vida das mulheres quanto na formulação de políticas públicas e na capacitação de futuros profissionais de saúde. Além disso, proporciona uma contribuição importante para o avanço do conhecimento científico, para a implementação de abordagens inovadoras e para a construção de uma sociedade mais esclarecida e baseada no saber.

2 MÉTODO

Este estudo consiste em uma Revisão Integrativa da Literatura (RIL), método de pesquisa que permite a coleta, análise crítica e síntese dos resultados de estudos já publicados relacionados a uma determinada temática, com o objetivo de reunir e consolidar o conhecimento científico disponível. Essa abordagem possibilita a integração de diferentes delineamentos metodológicos, ofertando síntesis abrangentes que subsidiam a tomada de decisões embasadas em conhecimentos científicos e aplicáveis à prática clínica (Whittemore; Knafl, 2005; Souza, Silva; Carvalho, 2010).

A condução deste estudo foi embasada nos processos metodológicos definidos por Mendes, Silveira e Galvão (2019). Para tanto, seguiram-se as etapas a seguir: elaboração da questão de pesquisa; exploração dos estudos primários na literatura; extração dos dados dos estudos primários; avaliação dos estudos primários incluídos; análise e síntese dos resultados; e apresentação da Revisão Integrativa da Literatura (RIL).

Para a elaboração da questão desta Revisão Integrativa da Literatura (RIL), adotou-se a estratégia PICO, em que: P = População; I = Interesse; Co = Contexto, conforme apresentado na Tabela 1. De acordo com Lockwood, Munn e Porritt (2020), esse acrônimo fornece uma estrutura para abordar questões de pesquisa e amplia a recuperação de evidências em diversas

bases eletrônicas de dados. Dessa forma, foi formulada a seguinte questão norteadora: Quais repercussões psicológicas a sintomatologia do climatério a menopausa pode trazer para a saúde da mulher, conforme as publicações científicas?

Tabela 1: Descrição da Estratégia PICO, Teresina-PI, 2024.

Acrônimo	Descrição
P	Mulheres no climatério/menopausa
I	Repercussões psicológicas na saúde da mulher no período do climatério a menopausa
Co	Saúde da mulher

Fonte: Autora.

A busca na literatura foi realizada nas seguintes bases de dados: Biblioteca Virtual Scientific Electronic Library Online (SciELO), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Base de Dados em Enfermagem (BDENF) por meio da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), PubMed, Portal de Periódicos da Capes e *Web of Science e Scopus*.

Para a construção das estratégias de busca, foram utilizados os “Descritores” em Ciências da Saúde (DeCS) da Biblioteca Regional de Medicina (BIREME) e seus correspondentes no *Medical Subject Headings* (MeSH), além de termos não controlados. Os descritores aplicados foram: “Mulher” (*Women*), “Climatério” (*Climacteric*), “Menopausa” (*Menopause*), “Sintomas” (*Symptoms*) e “Psicológicas” (*Psychological*). Também foram incluídos termos livres conforme a pertinência ao tema. Os descritores foram combinados com o uso dos operadores booleanos “AND” e “OR”, conforme estratégias de busca e suas especificidades apresentadas no Quadro 1.

Quadro 1 - Estratégia de busca nas bases eletrônicas de dados

Base de dados	Estratégia de busca
---------------	---------------------

Scielo	(Mulher) OR (Women) AND (Climatério) OR (Climacteric) OR (Menopausa) OR (Menopause) AND (Symptoms) OR (Sintomas) AND (Psicológicas) OR (Psychological)
Lilacs e Bdenf via BVS	(Mulher) OR (Women) AND (Climatério) OR (Climacteric) OR (Menopausa) OR (Menopause) AND (Symptoms) OR (Sintomas) AND (Psicológicas) OR (Psychological)
Pubmed	((("Women"[Mesh]) AND "Climacteric"[Mesh]) AND "Menopause"[Mesh]) AND "Stress, Psychological"[Mesh]
Portal de periódicos da Capes	(Mulher) AND (Climatério) OR (Menopausa) AND (Sintomas) AND (Psicológicas)
Web of Science	#1Women (All Fields) #2Climacteric (All Fields) #3Menopause (All Fields) #4Symptoms (All Fields) #5Psychological (All Fields)
	#6#2 OR #3 #7#1 AND #6 AND #4 AND #5
Scopus	(TITLE-ABS-KEY (women) AND TITLE-ABS- KEY (climacteric) OR TITLE-ABSKEY (menopause) AND TITLE-ABS- KEY (symptoms) AND TITLE-ABS- KEY (psychological))

Fonte: Autoras

Foram adotados como critérios de inclusão: artigos originais, com texto completo, publicados em português, inglês e espanhol, indexados nas bases de dados consultadas nos

últimos cinco anos compreendendo os anos de 2020 a 2024, relacionados com a temática proposta. Serão excluídos os artigos de revisão, teses, dissertações e aqueles que não atenderem ao objeto do estudo. Os artigos duplicados foram considerados apenas uma vez.

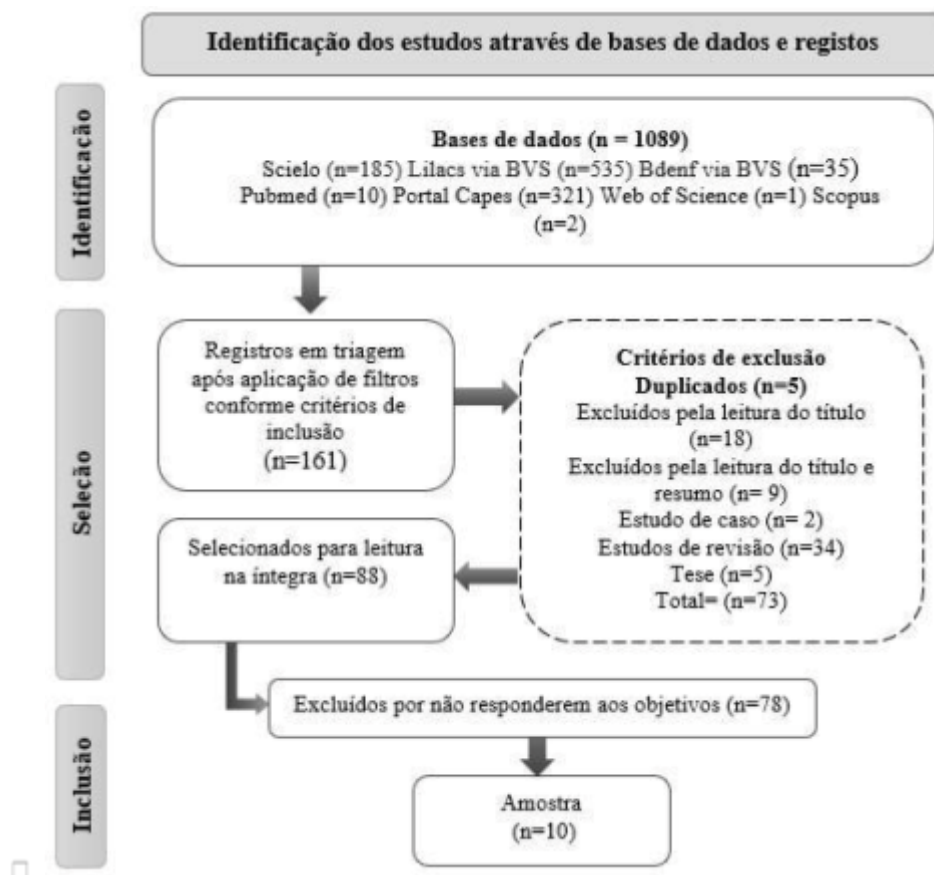
A organização dos dados para análise foi realizada conforme as seguintes etapas: definição da pergunta de pesquisa; pesquisa bibliográfica; estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão dos estudos e seleção da amostra; e análise crítica dos achados. Inicialmente, realizou-se uma leitura analítica com o objetivo de estruturar e sintetizar os dados presentes nas fontes pesquisadas, a fim de responder à questão norteadora proposta (Mendes, Silveira & Galvão, 2019).

Os resultados foram apresentados por meio de quadros, assim como pela formação de categorias baseadas na similaridade semântica dos estudos. A partir dessas categorias, realizou-se a discussão descritiva, considerando os artigos analisados neste estudo.

3 RESULTADOS

A busca identificou 1.089 resultados, sendo 185 na base de dados SciELO, 535 na LILACS via BVS, 35 na BDENF via BVS, 10 na PubMed, 321 no Portal Capes, 1 na Web of Science e 2 na Scopus. Após a aplicação dos filtros conforme os critérios de inclusão estabelecidos, foram selecionados 161 artigos, dos quais 18 foram excluídos pela leitura do título, 9 pela leitura do título e resumo, 2 por serem estudos de caso, 34 por se tratarem de estudos de revisão e 5 por serem teses. Restaram 88 estudos para leitura na íntegra, dos quais 78 foram excluídos por não atenderem aos objetivos do estudo, resultando, portanto, em uma amostra de 10 artigos para análise qualitativa (Figura 1).

Figura 1. Fluxograma do processo de seleção dos estudos segundo PRISMA, 2020.



Fonte: Fluxograma adaptado e traduzido por PAGE *et al.*, (2021).

Após a seleção dos estudos com base nos critérios de elegibilidade previamente estabelecidos, conforme demonstrado no fluxograma adaptado do PRISMA 2020 (Figura 1), procedeu-se à análise detalhada dos artigos incluídos na revisão. As principais características metodológicas e os achados relevantes dos estudos selecionados estão organizados no Quadro 2, possibilitando a visualização sistematizada dos autores, do tipo de estudo, dos principais resultados encontrados e das repercussões psicológicas identificadas em mulheres no climatério e na menopausa.

Quadro 2: Característica dos estudos incluídos na revisão identificados por N°, Autor/Ano, Título e Periódico, Tipo de Estudo, Principais Resultados e Principais Repercussões Psicológicas. Teresina, 2025.

Nº	Autor/Ano	Título e Periódico	Tipo de Estudo	Principais Resultados	Principais Repercussões Psicológicas
01	MOTA; MATOS; AMORIM, (2021)	Research, Society and Development	Estudo quantitativo descritivo transversal	Instabilidade do humor e alterações do sono como principais fatores que interferem na qualidade de vida.	Alterações de humor e dificuldade emocionais

					relacionadas ^{ao} climatério.
02	BELÉ <i>et al.</i> , M (2021)	Revista Gaúcha de Enfermagem	Estudo quantitativo transversal	O comprometimento excessivo no trabalho foi associado ao agravamento dos sintomas do climatério, especialmente ansiedade e estresse.	Estresse ocupacional agravando sintomas do climatério.
03	FERNANDEZ, M.; COSTA, E. (2021)	Psicologia, Saúde e Doença	Estudo quantitativo	Os sintomas da menopausa foram preditores de menor qualidade de vida física e psicológica. Estratégias de coping e satisfação conjugal foram associadas a melhor bem-estar.	Sintomas da menopausa impactam negativamente a qualidade de vida psicológica.
04	SANTO <i>et al.</i> , S (2021)	Revista Brasileira de Enfermagem	Estudo transversal, quantitativo	Mulheres com sintomas climatéricos apresentaram pior qualidade do sono, maior fadiga mental e emocional.	Problemas de sono, fadiga mental, irritabilidade, esgotamento emocional.
05	PINTO; WANDERLEY; DUARTE NETO (2021)	Research, Society and Development	Estudo qualitativo descritivo	As respostas das 20 voluntárias evidenciaram sintomas como ondas de calor, mal-estar e irritação.	Irritação, mal estar, fadiga mental e sintomas de estresse.

06	FERNANDEZ- RINCON <i>et al.</i> (2023)	Revista da Universidade Industrial de Santander . Saúde	Abordagem qualitativa, fenomenológica e interpretativa baseada na Teoria das Transições de Meleis.	A menopausa é vista de forma negativa devido a sintomas como ondas de calor, inquietação, depressão e disfunção sexual.	Depressão, ansiedade, desesperança, percepção negativa da menopausa.
07	SPENGLER GONZÁLEZ (2021)	Revista Cubana de Medicina Militar	Estudo descritivo, transversal	Sintomas mais frequentes: ondas de calor (75%), dores ósseas (70%), depressão-ansiedade (50%), insatisfação sexual (45%) e dificuldades de	Depressão, ansiedade, insatisfação sexual, dificuldades de comunicação com o parceiro.

				comunicação com o parceiro (40%).	
08	EBLIN <i>et al.</i> , G (2020)	Saúde (Santa Maria)	Pesquisa qualitativa	Sentimentos citados com maior frequência: melancolia, baixa autoestima e depressão.	Depressão, melancolia, baixa autoestima.
09	SANTOS <i>et al.</i> , (2022)	Semina: Ciências Biológicas e da Saúde	Estudo transversal descritivo exploratório de relato de experiência.	Prevaleceram escore de depressão leve, índice menopausal leve, ansiedade normal e uso regular de medicamentos.	Depressão e e, ansiedade moderada, distúrbios psicológicos leves relacionados ao climatério.
10	SANCHEZ- PRIETO <i>et al.</i> , (2023)	Climacteric & Gynecology	Estudo observacional transversal.	A menopausa está associada a níveis elevados de ansiedade e depressão, impactando negativamente a qualidade de vida das mulheres.	Ansiedade e e depressão exacerbadas durante a transição para menopausa.

Fonte: Dados da pesquisa

A análise dos dez artigos revelou uma maior prevalência de publicações no ano de 2021, totalizando seis estudos, seguidos pelos demais anos. Não houve publicações referentes ao ano de 2024 dentro da temática proposta. Em relação ao tipo de estudo, predominaram as abordagens quantitativas transversais, presentes em seis artigos, seguidas de três estudos qualitativos e um observacional. No que se refere ao país de origem, o Brasil destaca-se, concentrando seis publicações e indicando uma expressiva produção nacional sobre o tema. Os demais países representados foram Portugal, Colômbia e Cuba.

A análise revelou uma diversidade de periódicos, sendo identificadas nove revistas diferentes. Apenas a revista *Research, Society and Development* foi recorrente, aparecendo em dois estudos (20%). Todas as outras publicações foram únicas no

conjunto analisado, indicando uma dispersão editorial, com os artigos sendo veiculados em periódicos variados nas áreas da saúde, da enfermagem e da psicologia. Essa diversidade sugere um interesse interdisciplinar pelo tema do climatério e suas repercussões psicológicas.

As principais repercussões psicológicas associadas ao climatério, conforme os estudos, foram a depressão e a ansiedade, mencionadas em seis artigos cada. Além disso, foram relatadas alterações de humor, estresse, irritabilidade, baixa autoestima, insatisfação sexual e esgotamento emocional, evidenciando o impacto significativo do climatério na saúde mental das mulheres.

4 DISCUSSÃO

Após leitura aprofundada dos estudos observou-se similaridade semântica em que foi possível formar duas categorias, as quais são:

4.1 SINAIS E SINTOMAS DECORRENTES DA PRÉ-MENOPAUSA NA VIDA DA MULHER

A partir da leitura e da análise dos artigos, os estudos de 1 a 5 descreveram os sinais e sintomas que ocorrem no período pré-menopáusico. A compreensão das manifestações do climatério torna-se mais ampla ao se considerar a interação entre diferentes abordagens presentes na literatura. Mota, Matos e Amorim (2021) revelam que os principais sinais e sintomas vivenciados pelas mulheres climatéricas foram o humor deprimido e os distúrbios do sono. Esses sintomas, embora de natureza física e emocional, estão fortemente associados ao início da menopausa, sinalizando tanto para os desafios da adaptação fisiológica quanto para a possibilidade de interferir diretamente na qualidade das relações pessoais.

Corroborando o estudo anterior, Belém et al. (2021) destacam distúrbios do sono, como insônia, fadiga e dores crônicas constantes, além de dificuldade cognitiva, indicando que a rotina intensa, associada a determinados fatores externos, pode potencializar os sinais da menopausa, dificultando o manejo desses sintomas. Além disso, o estresse ocupacional identificado nesse estudo revela-se como um fator contextual agravante. Jornadas de trabalho exaustivas e a dificuldade de desligamento mental contribuem para o aparecimento e a intensificação de sintomas físicos.

O estudo apresentado por Fernandez e Costa (2021) relaciona diretamente os sintomas do climatério, como as perturbações do sono, à diminuição da qualidade de vida física. Entretanto, uma contribuição importante deste estudo reside na avaliação de como variáveis como o apoio emocional e as estratégias pessoais de enfrentamento podem atenuar os impactos desses sintomas. Assim, a fase climatérica, embora universal, é moldada por múltiplos mecanismos contextuais, como os de ordem biológica, cultural e psicossocial.

Os estudos complementam-se e reafirmam particularmente a relação entre os sintomas físicos da menopausa e a qualidade do sono. Conforme Santos et al. (2021), os resultados evidenciam o agravamento de sinais e sintomas relacionados ao climatério e à menopausa, associados à má qualidade de sono. Mulheres que apresentam sintomas como ondas de calor, sudorese noturna e dores generalizadas tendem a exibir um padrão de sono não restaurador e fragmentado. Essa má qualidade de sono caracteriza essas mulheres como “más dormidoras” e intensifica a sensação de esgotamento físico, estabelecendo um ciclo prejudicial e severo entre o sintoma físico e o desgaste emocional.

A experiência do climatério/menopausa é evidenciada por Pinto, Wanderley e Duarte Neto (2021), cujo estudo revelou que 70% das mulheres relataram sintomas como ondas de calor ou fogachos, insônia e manifestações psicológicas, como mal-estar e irritabilidade. Outro ponto relevante destacado pelo estudo diz respeito às consequências da falta de assistência na Atenção Primária, sendo que mais da metade das participantes reportaram a ausência de espaços de acolhimento para expressar suas angústias. Esses dados indicam a necessidade de uma reestruturação das políticas públicas, visando ao desenvolvimento de abordagens integrais e centradas nas necessidades desse público.

Santos et al. (2021) avaliaram a qualidade do sono de mulheres na menopausa e a associação com sintomas inerentes a esse período. Os resultados indicaram que a maioria das mulheres apresenta má qualidade de sono, enfatizando que, quanto pior a qualidade do sono, maior é a gravidade dos sintomas. Apesar da multiplicidade de manifestações — como falta de ar, sudorese, ondas de calor, dores musculares e articulares, irritabilidade e ansiedade —, os distúrbios do sono destacaram-se como sendo particularmente relevantes.

O conjunto desses estudos revela um panorama multifatorial, no qual os sinais e sintomas físicos e emocionais se interconectam de forma dinâmica. A consistência dos achados (como ondas de calor, instabilidade emocional e fragmentação do sono), replicados em diferentes contextos culturais e metodológicos, sugere a existência de um núcleo sintomatológico central no climatério. Esses sintomas estão associados tanto a determinados

fatores contextuais quanto a características individuais, exigindo, assim, intervenções multiprofissionais visando ao cuidado integral nessa fase.

4.2 REPERCUSSÕES PSICOLÓGICAS NA SAÚDE DA MULHER DO CLIMATÉRIO À MENOPAUSA

Fizeram parte dessa categoria os artigos de 6 a 10, que contribuíram para a compreensão das repercussões psicológicas na saúde da mulher do climatério à menopausa. Segundo Fernandez Rincon *et al.* (2023), esse processo é interpretado como um período de perdas simbólicas, no qual as mulheres vivenciam essa fase de forma negativa, compartilhando sentimentos de angústia profunda, depressão, ansiedade, desconexão social e desesperança. A transição relaciona-se ao declínio da juventude, do controle emocional e da fertilidade, resultando em uma percepção negativa de si. Os autores enfatizam a importância da rede de apoio, principalmente nas fases iniciais, sendo que, na ausência desse suporte, a vivência torna-se mais solitária, reforçando a necessidade de acolhimento.

Complementando essa perspectiva, Spengler González *et al.* (2021) evidenciaram, em seu estudo transversal, que 50% das participantes apresentaram quadros depressivos associados à insatisfação sexual, conflitos conjugais, apego à solidão e autoestima comprometida. Esses achados explicitam o caráter sistêmico do sofrimento psíquico no climatério, que transcende a esfera individual para abranger o contexto relacional da mulher, ratificando essa fase como um período transitório de vulnerabilidade no ciclo de vida feminino.

Ebling *et al.* (2020) abordam de forma complementar esse contexto da vivência emocional, identificando padrões quantitativos de ansiedade, labilidade emocional, melancolia, baixa autoestima e quadros depressivos nas mulheres estudadas. Esses achados associam-se aos significados subjetivos da experiência vivida, como a perda identitária e o sentimento de desamparo social. Em conjunto, esses estudos revelam como o sofrimento psicológico se manifesta tanto clinicamente quanto no cotidiano silencioso dessas mulheres.

Santos *et al.* (2022) apontam uma crítica ao sistema de saúde acerca da combinação paradoxal entre padrões leves de depressão e o elevado uso de psicofármacos. Os autores sugerem uma abordagem baseada em intervenções psicossociais, visando diminuir os fatores desencadeantes e aumentar a busca ativa desses casos na Atenção Primária à Saúde, minimizando os desconfortos decorrentes do climatério e suas repercussões clínicas e psicológicas.

Essa percepção é reforçada por Ebling *et al.* (2020), que evidenciam que o climatério é marcado por desconfortos físicos inicialmente silenciosos ou mascarados, como dores no corpo e fadiga. Os relatos do estudo mencionam instabilidade emocional, melancolia e cansaço, frequentemente precedidos por manifestações físicas recorrentes que, por não serem reconhecidas, acabam agravando o sofrimento psíquico e a autopercepção negativa da saúde, desencadeando, em muitos casos, a depressão.

No estudo de Sanchez-Pietro *et al.* (2023), é observada uma estreita associação entre a transição menopausal e o aumento na prevalência de oscilações de humor, como ansiedade e depressão. Os autores atribuem essa correlação à redução dos níveis estrogênicos e à consequente disfunção no sistema dopaminérgico, que impacta a neuroquímica da regulação emocional. Para atenuar o sofrimento psíquico, apontam os benefícios de abordagens não farmacológicas, como terapias psicossociais e a adoção de práticas integrativas, além da terapia hormonal como opção clínica.

Assim, superar a fragmentação desse cenário de cuidado exigirá modelos de intervenção que fortaleçam redes de apoio e combatam os estigmas culturais consolidados no imaginário social sobre o climatério na saúde da mulher, considerando a atenção holística desde a menarca até o processo menopausal, visando diminuir as causas e consequências deletérias ao organismo feminino ao longo desse ciclo vital.

5 CONCLUSÃO

Esta revisão revelou que os impactos psicológicos na fase do climatério à menopausa são significativos e multifatoriais, afetando a qualidade de vida das mulheres. Em relação aos sinais e sintomas, observou-se forte prevalência de disfunções do sono. Manifestações como ansiedade, depressão e alterações de humor são comuns e frequentemente negligenciadas no contexto da saúde pública. A ausência de suporte emocional adequado e de intervenções integradas contribui para a intensificação do sofrimento psíquico durante essa transição.

Assim, torna-se imperativo que os profissionais de saúde adotem uma abordagem holística e humanizada, oferecendo acolhimento e suporte psicossocial às mulheres nesse período. Paralelamente, é necessária a implementação de políticas públicas que incentivem práticas integrativas e promovam a capacitação dos profissionais, a fim de atuarem de maneira sensível às especificidades das demandas desse público. Nesse contexto, e considerando a

escassez de dados robustos sobre o tema, recomendam-se novos estudos que visem minimizar as lacunas identificadas na compreensão dessa temática.

REFERÊNCIAS

- BELÉM, D. et al. Influence of overcommitment on the quality of life and on climacteric symptoms in nursing professionals. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 42, e20190374, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rgenf/a/Fgh6g5qnfScxnDm84SVKWqh/?lang=pt>. Acesso em: 18 mar. 2025.
- CAVALCANTI, V. N. S. et al. Climatério e saúde da mulher: uma análise clínica. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 6, n. 3, p. 731-746, 2024. Disponível em: <https://bjih.emnuvens.com.br/bjih/article/view/1639>. Acesso em: 18 mar. 2025.
- EBLING, S. B. D. et al. Sentimentos vivenciados por mulheres climatéricas: percepções de usuárias da atenção primária em saúde. **Saúde (Santa Maria)**, v. 46, n. 1, 2020. DOI: 10.5902/2236583441797. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/revistasaude/article/view/41797>. Acesso em: 18 mar. 2025.
- FERNANDEZ, M.; COSTA, E. Menopausa: preditores da qualidade de vida. **Psicologia, Saúde & Doenças**, Lisboa, v. 22, n. 1, p. 284-301, abr. 2021. Disponível em: http://scielo.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1645-00862021000100284&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 12 mar. 2025.
- FERNÁNDEZ-RINCÓN, C. A. et al. Los significados de la menopausia: una mirada desde la teoría de las transiciones. **Revista da Universidade Industrial de Santander. Saúde**, v. 55, dez. 2023. DOI: <https://doi.org/xxxx>. Disponível em: https://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-08072023000100011. Acesso em: 12 mar. 2025.
- GALENO, R. S. et al. Menopausa e suas consequências psicológicas. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 5, n. 4, p. 1357-1367, 2023. Disponível em: <https://bjih.emnuvens.com.br/bjih/article/view/479>. Acesso em: 12 mar. 2025.
- LOCKWOOD, C.; MUNN, Z.; PORRITT, K. Systematic reviews: CRD's guidance for undertaking systematic reviews in health care. 2. ed. York: **Centre for Reviews and Dissemination**, University of York, 2020.
- MARTINS, A. L. S.; SILVA, R. F.; SOUZA, M. A. Terapia de reposição hormonal no climatério: uma revisão sistemática. *Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento*, v. 7, n. 2, p. 40–68, 2022. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/358815060_Terapia_de_reposicao_hormonal_no_climaterio_uma_revisao_sistematica. Acesso em: 10 maio 2025.

MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C. C. P.; GALVÃO, C. M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto & Contexto Enfermagem*, Florianópolis, v. 28, n. 1, p. e20170204, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2017-0204>. Acesso em: 10 maio 2025.

MOTA, L. J.; MATOS, G. V.; AMORIM, A. T. Impactos do climatério em mulheres do sudoeste baiano. *Research, Society and Development*, v. 10, n. 7, p. e22710716563, 2021. DOI: 10.33448/rsd-v10i7.16563. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/16563>. Acesso em: 18 mar. 2025.

PAGE, M. J. et al. The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, London, v. 372, n. 71, p. n71, 2021. DOI: 10.1136/bmj.n71.

PINTO, V. L.; WANDERLEY, M. C. A.; DUARTE NETO, J. M. W. Living the climate change: perception of women users of the Family Health Unit in Recife-PE. *Research, Society and Development*, v. 10, n. 16, p. e375101623892, 2021. DOI: 10.33448/rsd-v10i16.23892. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/23892>. Acesso em: 18 mar.

SANCHEZ-PRIETO, M. et al. The relationship between menopause transition and mood disorders. *Climacteric & Gynecology*, v. 88, n. 6, p. 382-388, dez. 2023. DOI: <https://doi.org/xxxx>. Disponível em: <https://www.scienceopen.com/document?vid=461c8b7bb45c-4c66-8b2d-923675f0b4eb>. Acesso em: 18 mar. 2025.

SANTOS, M. A. et al. Sleep quality and its association with menopausal and climacteric symptoms. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 74, supl. 2, e20201150, 2021. DOI: <https://doi.org/xxxx>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/xyzpVC5jKNZc4nXxN6TxDgG/?lang=en>. Acesso em: 18 mar. 2025.

SANTOS, V. M. L. et al. Perfil de mulheres climatéricas em Estratégia de Saúde da Família no interior paulista. *Semina: Ciências Biológicas e da Saúde*, v. 43, n. 1, p. 3–14, 2022. DOI: 10.5433/1679-0367.2022v43n1p3. Disponível em: <https://ojs.uel.br/revistas/uel/index.php/seminabio/article/view/42309>. Acesso em: 18 mar. 2025.

SILVA, A. A. F.; CUNHA, S. R. F. F.; MENEZES, M. E. da S. Prevalência e severidade de sintomas em mulheres no climatério/menopausa: uma revisão. *Educação, Ciência e Saúde*, v. 11, n. 2, 2024. DOI: <https://doi.org/10.20438/ecs.v11i2.613>. Acesso em: 19 maio 2025.

SILVA, A. B. et al. Saúde da mulher, gênero, políticas públicas e educação médica: reflexões para a formação médica no Brasil. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 45, n. 1, p. e002, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbem/a/tWK6pDmBhqJHhKN6F4DVPZL/?lang=pt>. Acesso em: 19 maio 2025.

SMITH, R. L. et al. Global view of vasomotor symptoms and sleep disturbance in menopause: a systematic review. **Climacteric**, v. 26, n. 6, p. 555-567, 2023. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/toc/icmt20/26/6>. Acesso em: 18 maio 2025.

SOUZA, M. T.; SILVA, M. D.; CARVALHO, R. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Revista Einstein (São Paulo)**, v. 8, n. 1, p. 102–106, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/eins/a/7RwgrYVmZvGzq8ZB3Jhbr6D/?lang=pt>. Acesso em: 10 maio 2025.

SPENGLER GONZALEZ, L.; GRANADO MARTINEZ, O.; BENITEZ SANTA CRUZ, M. R. Sexualidad y características biológicas, psicoafectivas y sociales en mujeres climatéricas. **Revista Cubana de Medicina Militar**, Ciudad de la Habana, v. 50, n. 2, 2021. Disponível em: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0138-65572021000200010&lng=es&nrm=iso. Acesso em: 12 mar. 2025.

WHITTEMORE, R.; KNAFL, K. The integrative review: updated methodology. **Journal of Advanced Nursing**, Oxford, v. 52, n. 5, p. 546–553, 2005. DOI: 10.1111/j.13652648.2005.03621.x. Acesso em: 12 mar. 2025.

CERTIFICADO DE REVISÃO TEXTUAL

Eu, **Samuel Nunes de Sousa**, portador(a) do documento nº 076.455.123-00, atuando na função de revisor de textos e professor de Língua Portuguesa, certifico que o documento intitulado “**REPERCUSSÕES PSICOLÓGICAS NA SAÚDE DA MULHER DO CLIMATÉRIO À MENOPAUSA**”, de autoria de Maria Dallyne Gomes Carvalho e Maria Ducarmo Silva Ferreira De Castro, foi devidamente revisado quanto à ortografia, gramática, coesão e clareza textual.

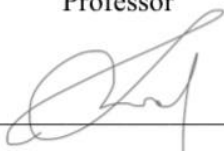
Declaro que as correções foram realizadas conforme as normas da língua portuguesa, mantendo a fidelidade ao conteúdo original e respeitando a coerência do texto.

Por ser a expressão da verdade, firmo o presente atestado para os devidos fins.

Teresina, 14 de Junho de 2025

Samuel Nunes de Sousa

Professor



CENTRO UNIVERSITÁRIO UNINOVAFAPI

REPOSITÓRIO DA BIBLIOTECA DO CENTRO UNIVERSITÁRIO UNINOVAFAPI

**Termo de Autorização para Publicação Eletrônicas de Teses, Dissertações e Trabalhos
de Conclusão de Curso no Repositório Institucional do Centro Universitário
UNINOVAFAPI**

1. Identificação do Material Bibliográfico:

- ☐ Tese
☐ Dissertação
☐ Monografia
☒ TCC Artigo

2. Identificação do Trabalho Científico:

Curso de Graduação:	Medicina
Programa de pós-graduação:	
Título:	Repercussões fisiológicas na saúde da mulher ao diminuir a menopausa
Data da Defesa:	04/06/2025

3. Identificação da Autoria:

Autor:	Marcia Dacarmo Silva Ferreira de Castro e Maria Dalmy Gomes Conselho
Orientador:	Magda Regina Pereira Viana
Coorientador:	
Membros da Banca:	Profa. Dra. Francineia Nogueira / Prof. Esp. Danilo Pontes

AUTORIZAÇÃO PARA DISPONIBILIZAÇÃO NO REPOSITÓRIO DA BIBLIOTECA

Autorizo ao Centro Universitário UNINOVAFAPI a disponibilizar gratuitamente, sem ressarcimento dos direitos autorais, o texto integral da publicação supracitada, de minha autoria, em seu repositório, em formato PDF, para fins de leitura e/ou impressão pela Internet, a título de divulgação da produção científica gerada pela Centro Universitário a partir desta data. Ainda por este termo, eu, abaixo assinado, assumo a responsabilidade de autoria do conteúdo do referido trabalho científico, estando ciente das sanções legais previstas referentes ao plágio.

Local: Centro Universitário Uninovafapi Data: 04/06/2025


 Assinatura do(a) Autor(a): Maria Dalmy Gomes Conselho

