

ANA VITÓRIA FROTA DE SOUSA
JOÃO BRUNO RIBEIRO NETO
LUANA ALICE OLIVEIRA BEZERRA

**A PRODUÇÃO CIENTÍFICA SOBRE SAÚDE MENTAL DE MULHERES NO
CLIMATÉRIO E NA MENOPAUSA**

TERESINA

2026

ANA VITÓRIA FROTA DE SOUSA
JOÃO BRUNO RIBEIRO NETO
LUANA ALICE OLIVEIRA BEZERRA

**A PRODUÇÃO CIENTÍFICA SOBRE SAÚDE MENTAL DE MULHERES NO
CLIMATÉRIO E NA MENOPAUSA**

Trabalho Científico de Curso apresentado
ao curso de Bacharelado em Medicina do
Afya Centro Universitário UNINOVAFAPI
como requisito parcial para obtenção do
grau de Bacharel em Medicina.

Orientadora: Profa. Dra. Fernanda Cláudia
Miranda Amorim

TERESINA
2026

FICHA CATALOGRÁFICA

S725p Sousa, Ana Vitória Frota de.

A produção científica sobre saúde mental de mulheres no climatério e na menopausa / Ana Vitória Frota de Sousa; João Bruno Ribeiro Neto; Luana Alice Oliveira Bezerra. – Teresina: UNINOVAFAPI, 2026.

Orientador (a): Profº. Dra. Fernanda Cláudia Miranda Amorim. – UNINOVAFAPI, 2026.

33.p.; 23cm.

Trabalho de conclusão (Bacharelado em Medicina) – UNINOVAFAPI, Teresina, 2026.

1. Saúde mental. 2. Menopausa. 3. Climatério. 4. Ansiedade. 5. Depressão. I. Título. II. Sousa, Ana Vitória Frota de. III. Ribeiro Neto, João Bruno. IV. Bezerra, Luana Alice Oliveira.

CDD 612.665

ANA VITÓRIA FROTA DE SOUSA

JOÃO BRUNO RIBEIRO NETO

LUANA ALICE OLIVEIRA BEZERRA

**A PRODUÇÃO CIENTÍFICA SOBRE SAÚDE MENTAL DE MULHERES NO
CLIMATÉRIO E NA MENOPAUSA**

Trabalho Científico de Curso apresentado
ao curso de Bacharelado em Medicina do
Afya Centro Universitário UNINOVAFAPÍ
como requisito parcial para obtenção do
grau de Bacharel em Medicina.

Aprovação em: 28/05/2026

BANCA EXAMINADORA

Fernanda Cláudia Miranda Amorim
Profa. Dra. Fernanda Cláudia Miranda Amorim/ Orientadora – Presidente
Afya Centro Universitário UNINOVAFAPÍ

Cláudia Maria Sousa de Carvalho
Profa. Dra. Cláudia Maria Sousa de Carvalho – 1ª Examinadora
Afya Centro Universitário UNINOVAFAPÍ

Ellen Márcia Lemos Soares de Carvalho
Profa. Esp. Ellen Márcia Lemos Soares de Carvalho – 2ª Examinadora
Afya Centro Universitário UNINOVAFAPÍ

AGRADECIMENTOS

A Deus, por nos conceder força, sabedoria e perseverança ao longo desta trajetória, iluminando nossos caminhos e sustentando-nos nos momentos de dificuldade e incerteza.

Às nossas famílias, pelo amor incondicional, apoio constante e incentivo diário, sendo nosso alicerce em cada etapa desta caminhada acadêmica.

À instituição, por proporcionar um ambiente de aprendizado ético, humanizado e enriquecedor, contribuindo significativamente para nossa formação pessoal e profissional.

Ao corpo docente, pelos conhecimentos transmitidos com dedicação e excelência, inspirando-nos a exercer a medicina com compromisso, empatia e responsabilidade.

À nossa orientadora, Professora Doutora Fernanda Cláudia Miranda Amorim pela orientação segura, paciência e disponibilidade durante o desenvolvimento deste trabalho, tornando sua realização possível.

À banca avaliadora, Profa. Dra. Cláudia Maria Sousa de Carvalho e Profa. Esp. Ellen Marcia Lemos Soares de Carvalho pela disponibilidade, atenção e valiosas contribuições que certamente enriqueceram este estudo e nossa formação acadêmica.

SUMÁRIO

A PRODUÇÃO CIENTÍFICA SOBRE SAÚDE MENTAL DE MULHERES NO CLIMATÉRIO E NA MENOPAUSA	7
1 INTRODUÇÃO	8
2 METODOLOGIA	10
3 RESULTADOS	13
4 DISCUSSÃO	18
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	23
6 REFERÊNCIAS	24
APÊNDICE – INSTRUMENTO DE COLETA	28
ANEXO A: DECLARAÇÃO DE REVISÃO ORTOGRÁFICA	29
ANEXO B: DECLARAÇÃO DE TRADUÇÃO DO RESUMO PARA O INGLÊS	30
ANEXO C: TERMO DE AUTORIZAÇÃO PARA PUBLICAÇÃO ELETRÔNICA	31
ANEXO D: RELATÓRIO DE PLÁGIO	32
ANEXO E: NORMAS DE SUBMISSÃO DA REVISTA PSICOLOGIA E SAÚDE EM DEBATE	34

A PRODUÇÃO CIENTÍFICA SOBRE SAÚDE MENTAL DE MULHERES NO CLIMATÉRIO E NA MENOPAUSA

RESUMO

O climatério e a menopausa constituem fases de transição na vida da mulher, caracterizadas por alterações neuroendócrinas, físicas e psicossociais que podem impactar significativamente a saúde mental. Este estudo teve como objetivo analisar as repercussões do climatério e da menopausa na saúde mental de mulheres, identificando os principais sintomas associados e os fatores biopsicossociais envolvidos. Trata-se de uma revisão integrativa de literatura, conduzida a partir da estratégia PICO, com busca sistematizada nas bases de dados PubMed/MEDLINE, SciELO e LILACS, incluindo artigos publicados nos últimos dez anos, nos idiomas português, inglês e espanhol. Inicialmente, foram identificados 575 estudos, dos quais 23 compuseram a amostra final após aplicação dos critérios de elegibilidade e etapas de seleção conforme recomendações do PRISMA. Os resultados evidenciaram elevada prevalência de sintomas depressivos, ansiedade, distúrbios do sono, fadiga, prejuízos cognitivos e alterações na qualidade de vida, associados tanto às flutuações hormonais quanto a fatores psicossociais, como vulnerabilidade social, autoimagem, adaptação ao envelhecimento e suporte social. Destaca-se, ainda, o impacto das alterações na função sexual, relacionadas à redução da libido, dispareunia e insatisfação sexual, com repercussões emocionais e relacionais. Intervenções não farmacológicas, como exercício físico estruturado, práticas integrativas e terapias corporais, demonstraram efeitos positivos na redução dos sintomas e na promoção do bem-estar. Conclui-se que a saúde mental no climatério é determinada por múltiplos fatores interdependentes, exigindo abordagens integrais, humanizadas e multidimensionais no cuidado à mulher.

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

SCIENTIFIC PRODUCTION ON WOMEN'S MENTAL HEALTH DURING MENOPAUSE AND PERIMENOPAUSE

ABSTRACT

Climacteric and menopause are transitional phases in a woman's life, characterized by neuroendocrine, physical, and psychosocial changes that can significantly impact mental health. This study aimed to analyze the repercussions of climacteric and menopause on women's mental health, identifying the main associated symptoms and the biopsychosocial factors involved described in the literature. This is an integrative literature review, conducted using the PICO strategy, with a systematic search in the PubMed/MEDLINE, SciELO, and LILACS databases, including articles published in the last ten years, in Portuguese, English, and Spanish. Initially, 575 studies were identified, of which 23 comprised the final sample after applying the eligibility criteria and selection steps according to PRISMA recommendations. The results showed a high prevalence of depressive symptoms, anxiety, sleep disorders, fatigue, cognitive impairment, and changes in quality of life, associated with both hormonal fluctuations and psychosocial factors such as social vulnerability, self-image, adaptation to aging, and social support. The impact of changes in sexual function, related to reduced libido, dyspareunia, and sexual dissatisfaction, with emotional and relational repercussions, is also highlighted. Non-pharmacological interventions, such as structured physical exercise, integrative practices, and body therapies, demonstrated positive effects in

reducing symptoms and promoting well-being. It is concluded that mental health during menopause is determined by multiple interdependent factors, requiring comprehensive, humanized, and multidimensional approaches in women's care.

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

PRODUCCIÓN CIENTÍFICA SOBRE LA SALUD MENTAL DE LA MUJER DURANTE LA MENOPAUSIA Y LA PERIMENOPAUSIA

RESUMEN

El climaterio y la menopausia son fases de transición en la vida de la mujer, caracterizadas por cambios neuroendocrinos, físicos y psicosociales que pueden impactar significativamente la salud mental. Este estudio tuvo como objetivo analizar las repercusiones del climaterio y la menopausia en la salud mental de las mujeres, identificando los principales síntomas asociados y los factores biopsicosociales involucrados descritas en la literatura. Se trata de una revisión integradora de la literatura, realizada mediante la estrategia PICO, con una búsqueda sistemática en las bases de datos PubMed/MEDLINE, SciELO y LILACS, incluyendo artículos publicados en los últimos diez años, en portugués, inglés y español. Inicialmente, se identificaron 575 estudios, de los cuales 23 conformaron la muestra final tras aplicar los criterios de elegibilidad y los pasos de selección según las recomendaciones PRISMA. Los resultados mostraron una alta prevalencia de síntomas depresivos, ansiedad, trastornos del sueño, fatiga, deterioro cognitivo y cambios en la calidad de vida, asociados tanto a fluctuaciones hormonales como a factores psicosociales tales como vulnerabilidad social, autoimagen, adaptación al envejecimiento y apoyo social. También se destaca el impacto de los cambios en la función sexual, relacionados con la disminución de la libido, la dispareunia y la insatisfacción sexual, con repercusiones emocionales y relacionales. Las intervenciones no farmacológicas, como el ejercicio físico estructurado, las prácticas integrativas y las terapias corporales, demostraron efectos positivos en la reducción de los síntomas y la promoción del bienestar. Se concluye que la salud mental durante la menopausia está determinada por múltiples factores interdependientes, lo que requiere enfoques integrales, humanizados y multidimensionales en la atención a la mujer.

Palabras clave: Salud mental; Menopausia; Climaterio; Ansiedad; Depresión

1 INTRODUÇÃO

O climatério corresponde a uma fase fisiológica do ciclo de vida feminino caracterizada pela transição entre o período reprodutivo e o não reprodutivo, sendo marcado por mudanças endócrinas progressivas decorrentes da redução da função ovariana. Dentro desse processo ocorre a menopausa, definida como a interrupção permanente da menstruação após 12 meses consecutivos de amenorreia, geralmente entre os 45 e 55 anos de idade. Essa fase é acompanhada por alterações hormonais significativas, sobretudo pela queda na produção de estrogênio e progesterona, que

repercutem em diversos sistemas orgânicos e podem desencadear manifestações físicas, cognitivas e psicológicas (Duralde et al., 2023).

Estima-se que a população feminina em fase de climatério esteja aumentando globalmente em decorrência do envelhecimento populacional e da maior expectativa de vida. Nesse contexto, a saúde da mulher nesse período tem recebido crescente atenção da comunidade científica e dos sistemas de saúde, especialmente no que se refere aos impactos do climatério na qualidade de vida e no bem-estar psicológico. Embora seja considerado um evento biológico natural, esse período pode estar associado a diversas alterações emocionais e comportamentais, incluindo sintomas depressivos, ansiedade, irritabilidade, alterações de humor e distúrbios do sono (Brown et al., 2024).

As mudanças neuroendócrinas que ocorrem durante a transição menopausal exercem influência direta sobre mecanismos neurobiológicos relacionados à regulação do humor. A redução dos níveis de estrogênio afeta a atividade de neurotransmissores como serotonina, dopamina e noradrenalina, que desempenham papel fundamental nos processos de modulação emocional e cognitiva. Essas alterações podem contribuir para maior vulnerabilidade psicológica em mulheres nessa fase da vida, especialmente quando associadas a fatores psicossociais e ambientais (Yadav et al., 2021).

Estudos epidemiológicos recentes evidenciam uma associação significativa entre a transição menopausal e o surgimento ou agravamento de transtornos mentais comuns. Uma revisão sistemática e meta-análise publicada em 2024 identificou que a prevalência global de sintomas depressivos em mulheres na perimenopausa e pós-menopausa pode atingir cerca de um terço dessa população, indicando que essa fase representa um período de maior susceptibilidade para alterações emocionais (Jia et al., 2024).

Além dos fatores biológicos, aspectos sociais, culturais e psicológicos também desempenham papel relevante na experiência do climatério. Mudanças na dinâmica familiar, transições profissionais, alterações na percepção do envelhecimento e transformações na identidade feminina podem intensificar sentimentos de insegurança, baixa autoestima e sofrimento emocional. Dessa forma, a compreensão da saúde mental no climatério exige uma abordagem ampliada que considere a interação entre fatores biológicos, psicológicos e sociais (Rukure et al., 2025).

Nos últimos anos, a literatura científica tem buscado ampliar o entendimento sobre os impactos psicológicos do climatério e da menopausa, bem como sobre as estratégias terapêuticas capazes de promover melhor qualidade de vida para mulheres nessa fase.

Intervenções farmacológicas, terapias hormonais, práticas psicoterapêuticas e intervenções comportamentais têm sido investigadas como alternativas para redução de sintomas emocionais e melhoria do bem-estar. Evidências recentes indicam que abordagens não farmacológicas, como terapia cognitivo-comportamental e atividade física regular, podem contribuir significativamente para a redução de sintomas depressivos e ansiosos associados à transição menopausal (Li et al., 2025)

Apesar do avanço das pesquisas sobre saúde mental no climatério e na menopausa, ainda existem lacunas na organização e síntese do conhecimento científico nessa área. A diversidade metodológica dos estudos e a complexidade dos fatores envolvidos reforçam a necessidade de revisões que permitam compreender a saúde mental de mulheres nestas fases. Assim, este estudo teve como objetivo analisar as repercussões do climatério e da menopausa na saúde mental de mulheres, identificando os principais sintomas associados e os fatores biopsicossociais envolvidos descritos na literatura.

2 METODOLOGIA

Trata-se de uma Revisão Integrativa da Literatura (RIL), método que possibilita a reunião, análise e síntese de resultados de estudos científicos acerca de uma temática específica, de forma sistemática, ampla e rigorosa, permitindo a inclusão de investigações com diferentes delineamentos metodológicos, sejam eles experimentais ou não experimentais (Whittemore & Knafl, 2005; Souza et al., 2010).

O percurso metodológico seguiu as seis etapas propostas por Mendes et al. (2008), compreendendo: 1) identificação do tema e elaboração da questão norteadora; 2) definição dos critérios de inclusão e exclusão; 3) busca e seleção dos estudos nas bases de dados; 4) categorização e extração das informações; 5) avaliação crítica e interpretação dos resultados; e, por fim, 6) síntese e apresentação do conhecimento produzido.

Para a formulação da questão norteadora, utilizou-se a estratégia PICO (Population, Interest, Context), considerando como população (P) mulheres no climatério e na menopausa; como interesse (I), as alterações na saúde mental, incluindo depressão, ansiedade e bem-estar psicológico; e como contexto (Co), a transição menopausal e seus aspectos biopsicossociais. A partir dessa estrutura, elaborou-se a seguinte questão norteadora: quais são as repercussões do climatério e da menopausa na saúde mental de mulheres?

Foram incluídos artigos científicos disponíveis na íntegra em meio eletrônico, publicados nos idiomas português, inglês ou espanhol, no período de 2015 a 2025, que abordassem mulheres no climatério e na menopausa e investigassem repercussões na saúde mental, como depressão, ansiedade, alterações de humor, estresse, cognição, distúrbios do sono associados ao sofrimento psíquico ou aspectos relacionados ao bem-estar psicológico. Foram excluídos teses, dissertações, editoriais, cartas ao editor, estudos duplicados entre as bases de dados, artigos indisponíveis na íntegra e pesquisas que abordassem exclusivamente aspectos ginecológicos, hormonais ou sexuais sem interface com a saúde mental.

A busca bibliográfica foi realizada nas bases de dados eletrônicas Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Scientific Electronic Library Online (SciELO), Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE) via Coleção LILACS Plus; e PubMed, vinculada à National Library of Medicine (NLM). A escolha dessas bases justifica-se por sua relevância científica e ampla indexação de estudos nacionais e internacionais nas áreas de saúde da mulher, ginecologia, saúde mental e saúde pública. Para a estratégia de busca, foram utilizados descritores controlados, termos livres e operadores booleanos AND e OR, devidamente adaptados às especificidades de cada base de dados.

Tabela 1. Estratégias de busca utilizadas nas bases de dados

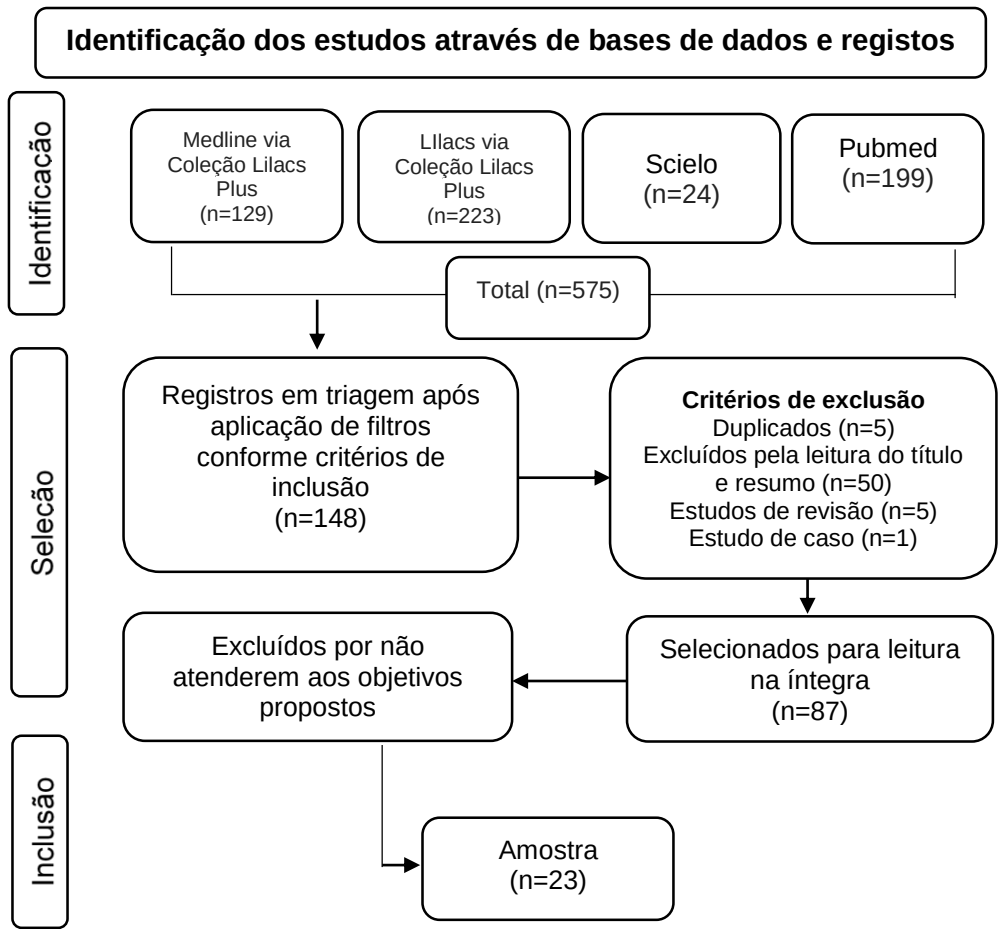
Base de dados	Estratégia de busca
MEDLINE via Coleção LILACS Plus	((mulheres OR feminino) AND (climatério OR menopausa OR perimenopausa) AND ("saúde mental" OR depressão OR ansiedade OR "bem-estar psicológico"))
LILACS via Coleção LILACS Plus	
SciELO	((mulheres OR feminino) AND (climatério OR menopausa OR perimenopausa) AND ("saúde mental" OR depressão OR ansiedade OR "bem-estar psicológico"))

PubMed	("Menopause"[Mesh] OR "Climacteric"[Mesh]) AND ("Mental Health"[Mesh] OR "Depression"[Mesh] OR "Anxiety"[Mesh]) AND ("Women's Health"[Mesh])
--------	--

Fonte: Elaborado pelos autores (2026).

Inicialmente, a pesquisa bibliográfica sistematizada resultou na identificação inicial de 575 estudos nas bases selecionadas. Após a aplicação dos critérios de elegibilidade, remoção de duplicatas e etapas de triagem por títulos, resumos e leitura na íntegra, 23 artigos foram considerados aptos para compor a amostra final desta revisão integrativa. O processo de identificação, seleção e inclusão dos estudos está apresentado no fluxograma adaptado das recomendações do PRISMA (Figura 1), garantindo transparência e rigor metodológico.

Figura 1. Fluxograma (adaptado) de seleção dos estudos segundo o Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses - PRISMA. Teresina-PI, Brasil, 2026.



Fonte: Fluxograma (adaptado) de seleção dos estudos segundo o Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses – PRISMA

Para a padronização da coleta de dados, elaborou-se um instrumento contendo as seguintes variáveis: número de identificação do estudo, base de dados de origem, autoria e ano de publicação, objetivo, delineamento metodológico, principais resultados e repercussões do climatério/menopausa na saúde mental. Os estudos selecionados foram submetidos à análise temática e descritiva, com o objetivo de identificar convergências, divergências e padrões recorrentes. Os resultados foram organizados em categorias analíticas relacionadas às principais repercussões identificadas, a saber: depressão e sintomas depressivos; ansiedade e sofrimento emocional; distúrbios do sono e fadiga mental; qualidade de vida e bem-estar psicológico; e influência de fatores sociais, econômicos e comportamentais.

Por tratar-se de uma pesquisa baseada exclusivamente em dados secundários de domínio público, sem envolvimento direto de seres humanos, não houve necessidade de submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa, em conformidade com a Resolução nº 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde.

3 RESULTADOS

Os resultados desta revisão integrativa são apresentados de forma sistematizada, contemplando a caracterização dos estudos incluídos e a síntese das principais evidências relacionados à temática investigada. A amostra final foi composta por 23 artigos científicos, cujas informações estão organizadas na tabela 2, permitindo a visualização dos aspectos metodológicos, objetivos e resultados mais relevantes.

Tabela 2. Síntese dos estudos incluídos na revisão integrativa da literatura.

Nº	Base de dados	Autor/ Ano	Objetivo	Método	Principais resultados	Repercussões do climatério e menopausa na saúde mental

1	LILACS	Matsumura-Kasano et al., 2025	Analisar sintomas da transição menopausal e sintomas emocionais	Estudo transversal analítico	Alta frequência de fadiga, ansiedade, depressão e distúrbios do sono	Presença de ansiedade, depressão e alterações emocionais durante a transição menopausal
2	MEDLINE	Uçan Yamaç; Bakir, 2025	Determinar níveis de ansiedade relacionada ao envelhecimento	Estudo transversal com 527 mulheres	Elevados escores de medo da perda, aparência física e preocupações psicológicas	Menopausa associada à ansiedade relacionada ao envelhecimento e autoimagem
3	MEDLINE	Fausto et al., 2025	Avaliar dança jazz e treinamento concorrente em variáveis psicológicas	Ensaio clínico randomizado	Redução de ansiedade, depressão, estresse e fadiga	Exercício físico melhora saúde mental na pós-menopausa
4	MEDLINE	Kirca et al., 2024	Avaliar efeito da mandala na ansiedade e qualidade de vida	Estudo randomizado controlado	Redução significativa da ansiedade	Intervenções integrativas reduzem ansiedade climatérica
5	MEDLINE	Ugurlu et al., 2024	Verificar efeito da música em	Ensaio clínico	Menor depressão e melhor sono	Música reduz sintomas

			sintomas menopausais	randomizado		depressivos e melhora bem-estar
6	LILACS	Moreira et al., 2024	Avaliar exercício físico na qualidade de vida	Estudo transversal	Sedentismo associado a sintomas psicológicos maiores	Exercício reduz humor deprimido e sintomas cognitivos
7	PubMed	Avis et al., 2024	Examinar sintomas depressivos em torno da menopausa final	Estudo longitudinal	Sintomas variaram conforme fase menopausal e apoio social	Período menopausal crítico para depressão
8	PubMed	Khakkar; Kazemi, 2023	Investigar saúde mental e adaptação climática	Estudo transversal	Ansiedade, prejuízo social e cognição associados à adaptação ruim	Pior adaptação climática prejudica saúde mental
9	MEDLINE	Hernández-Muñoz et al., 2022	Investigar bem-estar subjetivo e depressão	Estudo transversal analítico	40,5% apresentaram transtorno depressivo maior	Baixo bem-estar aumenta risco de depressão
10	MEDLINE	Oldra et al., 2022	Avaliar depressão entre	Estudo transversal	Depressão mediou relação	Sintomas climáticos associados à

			sintomas climatéricos e insegurança alimentar		entre sintomas e vulnerabilidade social	depressão e fatores sociais
11	LILACS	Jaeger et al., 2021	Associar sintomas vasomotores e afetividade negativa	Estudo transversal	Alta prevalência de ansiedade e depressão	Sintomas vasomotores aumentam sofrimento emocional
12	LILACS	Luz; Frutuoso, 2021	Discutir cuidado à mulher climatérica na APS	Pesquisa - intervenção qualitativa	Invisibilidade e das demandas mentais	Saúde mental ainda pouco reconhecida nos serviços
13	PubMed	Dotlic et al., 2021	Avaliar qualidade de vida mental na transição menopausal	Estudo transversal	Humor deprimido, ansiedade, memória e sono afetados	Menopausa impacta múltiplos domínios da saúde mental
14	SciELO	Backes et al., 2022	Evidenciar percepção sobre fisioterapia aquática	Estudo qualitativo	Melhora de ansiedade, estresse e interação social	Atividade física aquática melhora fatores psicossociais
15	PubMed	Bromberger et al., 2022	Avaliar estresse e risco de depressão maior	Coorte longitudinal	Estresse crônico elevou risco depressivo	Transição menopausal aumenta sensibilidade ao estresse

16	LILAC S	Hernández-Muñoz et al., 2019	Avaliar risco de depressão maior e sintomas menopausais	Estudo transversal	Domínio psicológico aumentou fortemente risco depressivo	Sintomas menopausais elevam risco de TDM
17	SciELO	Lima et al., 2019	Identificar perda da qualidade do sono	Estudo transversal analítico	Sono ruim associado à ansiedade e depressão	Climatério relaciona-se a distúrbios do sono e sofrimento mental
18	LILAC S	Nogueira et al., 2018	Investigar sintomas psicológicos em cardiopatas climatéricas	Estudo quantitativo	Ansiedade, angústia, insônia e humor deprimido intensos	Vulnerabilidade emocional ampliada por comorbidades
19	LILAC S	Real et al., 2018	Avaliar sintomas somáticos e depressivos	Estudo exploratório	Insônia e dores aumentavam com manifestações depressivas	Climatério impacta sono e humor
20	MEDLINE	Quiroga et al., 2017	Investigar autoconceito e sintomas climatéricos	Estudo transversal	Depressão associada à pior autoimagem	Autoestima interfere na experiência menopausal
21	MEDLINE	Macías-Cortés et al., 2017	Investigar resposta antidepressiva	Ensaio clínico	Alta prevalência de	Climatério pode coexistir com depressão clínica

			a em mulheres deprimidas	randomiz ado	depressão e alterações metabólicas	
22	LILAC S	Real et al., 2017	Avaliar saúde e sintomas depressivos	Estudo explorató rio	Fadiga, irritabilidade , insônia e depressão frequentes	Menopausa associada a sofrimento psíquico
23	LILAC S	Menezes; Oliveira, 2016	Avaliar qualidade de vida no climatério	Estudo transvers al	Nervosismo, ansiedade e humor deprimido frequentes	Sintomas emocionais comuns mesmo sem grande perda global de QV

Fonte: Elaborado pelos autores (2026).

4 DISCUSSÃO

Os resultados desta revisão integrativa apontam que o climatério e a menopausa constituem períodos de vulnerabilidade para alterações na saúde mental feminina, sendo frequentemente associados à ocorrência de sintomas depressivos, ansiedade, distúrbios do sono, fadiga mental, prejuízos cognitivos e alterações na qualidade de vida. A análise dos estudos permitiu compreender que tais manifestações não ocorrem de forma isolada nem uniforme, mas resultam da interação entre alterações hormonais, experiências subjetivas, condições de vida e fatores socioculturais, configurando um fenômeno complexo e multifacetado.

No que se refere aos sintomas depressivos, verifica-se uma relação dinâmica com as diferentes fases da transição menopausal. Estudos longitudinais, como os de Kravitz et al. (2022) e Avis et al. (2024), demonstram que o risco de depressão apresenta variações ao longo do climatério, com maior incidência na perimenopausa tardia e nos primeiros anos após a menopausa. Esse padrão sugere que as flutuações hormonais, mais do que a deficiência estrogênica isolada, podem atuar como fator de sensibilização para alterações

do humor, especialmente em mulheres com histórico de estresse ou vulnerabilidade emocional prévia.

Entretanto, a interpretação desses resultados exige considerar elementos que extrapolam a dimensão biológica. Hernández-Muñoz et al. (2022) evidenciam que baixos níveis de bem-estar subjetivo, insatisfação com a vida e ausência de propósito estão fortemente associados ao desenvolvimento de transtorno depressivo maior. De forma complementar, o sofrimento psíquico nesse período emerge da sobreposição entre mudanças fisiológicas e fragilidades emocionais e sociais, Oldra et al. (2022) demonstram que a depressão pode mediar a relação entre sintomas climatéricos e condições de vulnerabilidade social, como insegurança alimentar. Da mesma forma, Kravitz et al. (2022) identificaram que experiências de estresse crônico e maus-tratos na infância aumentam significativamente o risco de depressão durante a menopausa, sugerindo que fatores emocionais prévios podem potencializar a vulnerabilidade neuroendócrina própria dessa fase.

A coexistência de sintomas físicos e psicológicos também se destaca como característica marcante da experiência climatérica. Estudos como os de Real et al. (2017, 2018) evidenciam que fadiga, insônia, dores musculares, irritabilidade e fogachos frequentemente se apresentam associados a manifestações depressivas. Essa interdependência sugere que tais sintomas não devem ser analisados de forma fragmentada, mas compreendidos como expressões interligadas de um mesmo processo adaptativo, no qual corpo e dimensão emocional se influenciam mutuamente.

Ademais, Dotlic et al. (2021) reforçam essa perspectiva ao demonstrarem que humor deprimido, alterações cognitivas, memória prejudicada e pior qualidade do sono constituem importantes componentes do impacto mental da menopausa, afetando diretamente a qualidade de vida e o funcionamento social. Matzumura-Kasano et al. (2025) também observaram elevada frequência de fadiga, ansiedade, depressão e alterações emocionais durante a transição menopausal, destacando que os sintomas emocionais coexistem com manifestações físicas e cognitivas de maneira interdependente.

No campo da ansiedade, os resultados apontam forte associação com aspectos relacionados à autoimagem, envelhecimento e transformações no papel social da mulher. Uçan Yamaç e Bakir (2025) identificam que preocupações com aparência física, perda funcional e envelhecimento estão diretamente relacionadas a níveis elevados de ansiedade. Essa relação ganha maior relevância quando associada a autoimagem negativa

e a maior presença de sintomas depressivos, evidenciando o papel central da percepção corporal na experiência subjetiva do climatério (Quiroga et al., 2017).

Nessa perspectiva, Jaeger et al. (2021) complementam essa discussão ao demonstrarem associação significativa entre sintomas vasomotores e afetividade negativa, sugerindo que mulheres com maior sensibilidade emocional tendem a apresentar pior percepção dos sintomas físicos da menopausa, estabelecendo uma relação bidirecional entre manifestações corporais e sofrimento psíquico.

A capacidade de adaptação às mudanças próprias dessa fase emerge como elemento determinante. Khakkar e Kazemi (2023) demonstram que dificuldades de adaptação climatérica estão associadas a maiores níveis de ansiedade, prejuízo social e alterações cognitivas, sugerindo que o sofrimento psíquico não decorre apenas das alterações vivenciadas, mas da forma como essas mudanças são interpretadas e incorporadas à identidade feminina. Nesse sentido, a menopausa pode assumir significados distintos conforme o contexto cultural e as construções sociais sobre envelhecimento e feminilidade, o que explica a heterogeneidade das experiências emocionais observadas nos estudos.

A relação entre distúrbios do sono e saúde mental constitui outro aspecto central identificado nesta revisão. Lima et al. (2019) demonstram alta prevalência de piora da qualidade do sono em mulheres climatéricas, associada à ansiedade, depressão e comorbidades clínicas. Esse quadro pode ser parcialmente explicado pela presença de sintomas vasomotores, como fogachos e sudorese noturna, que contribuem para a fragmentação do sono.

Por sua vez, a privação de sono intensifica sintomas como irritabilidade, fadiga, prejuízo cognitivo e alterações emocionais, estabelecendo um ciclo de retroalimentação. Ugurlu et al. (2024) reforçam essa associação ao demonstrarem melhora simultânea do sono e redução dos sintomas depressivos após intervenção musical, sugerindo que estratégias terapêuticas direcionadas ao relaxamento emocional podem repercutir positivamente sobre múltiplos domínios da saúde mental.

A qualidade de vida apresenta comportamento heterogêneo entre os estudos analisados. Dotlic et al. (2021) evidenciam impacto significativo em múltiplos domínios da saúde mental, incluindo humor, memória, vitalidade e funcionamento social. Menezes e Oliveira (2016), por outro lado, observaram que, mesmo sem comprometimento global importante da qualidade de vida, sintomas emocionais como ansiedade, nervosismo e

humor deprimido permanecem frequentes. Dessa forma, a avaliação da qualidade de vida durante o climatério deve considerar não apenas indicadores gerais, mas também dimensões específicas da experiência feminina, sobretudo aquelas relacionadas ao sofrimento emocional, à sexualidade e à funcionalidade cotidiana.

Nogueira et al. (2018) ampliam essa discussão ao evidenciarem que mulheres climatéricas cardiopatas apresentam maior intensidade de ansiedade, angústia, humor deprimido e insônia, demonstrando que a presença de comorbidades clínicas pode potencializar a vulnerabilidade emocional nesse período.

A sexualidade emerge como dimensão central na compreensão da saúde mental feminina durante o climatério e a pós-menopausa. Backes et al. (2022), ao investigarem a percepção de mulheres submetidas à fisioterapia aquática, identificaram relatos frequentes de secura vaginal, diminuição da libido, alterações do humor, distúrbios do sono e dor crônica, demonstrando que sintomas físicos e emocionais se encontram profundamente interligados. Além disso, Hernández-Muñoz et al. (2019) evidenciaram que alterações no domínio urogenital aumentam significativamente o risco de transtorno depressivo maior, sugerindo forte relação entre sintomas menopausais, sexualidade e sofrimento psíquico.

Somado a isso, Menezes e Oliveira (2016) também observaram que alterações sexuais e emocionais aparecem frequentemente associadas durante o climatério, mesmo em mulheres sem perda global importante da qualidade de vida. Esses achados reforçam que alterações na função sexual, como dispareunia, redução da libido e insatisfação sexual, ultrapassam a dimensão fisiológica e repercutem diretamente sobre autoestima, identidade feminina e relações interpessoais.

Outro ponto crítico identificado na literatura refere-se à invisibilidade dessas demandas emocionais e sexuais nos serviços de saúde. Luz e Frutuoso (2021) apontam que, na atenção primária, as queixas de mulheres climatéricas frequentemente são naturalizadas ou reduzidas a manifestações esperadas do envelhecimento. Essa invisibilidade contribui para o subdiagnóstico de depressão, ansiedade, sofrimento sexual e dificuldades de adaptação emocional. Além disso, sintomas como dispareunia, ressecamento vaginal e perda da libido podem não ser espontaneamente relatados pelas mulheres, seja por vergonha, tabu ou crença de que tais alterações são inevitáveis, reforçando a importância da escuta qualificada e da abordagem integral.

A literatura também aponta importante associação entre alterações metabólicas e sofrimento emocional durante o climatério. Macías-Cortés et al. (2017), identificaram

elevada prevalência de obesidade, resistência insulínica, dislipidemia e hipotireoidismo subclínico em mulheres climatéricas deprimidas. Embora os autores não tenham encontrado associação estatisticamente significativa entre alterações metabólicas e resposta antidepressiva, sugerem relação bidirecional entre disfunção metabólica e depressão, indicando que alterações inflamatórias e metabólicas podem contribuir para a manutenção do sofrimento psíquico.

No que se refere às estratégias terapêuticas, os estudos incluídos demonstram crescente valorização das intervenções não farmacológicas na promoção da saúde mental feminina. Fausto et al. (2025), em ensaio clínico randomizado, demonstraram redução significativa de ansiedade, depressão, estresse e fadiga em mulheres submetidas à dança jazz e treinamento concorrente. Moreira et al. (2024) observaram que mulheres praticantes de exercício físico apresentaram menor carga sintomática, humor menos deprimido e menor intensidade de sintomas somáticos e cognitivos quando comparadas às sedentárias.

É importante destacar que Moreira et al. (2024) diferenciam atividade física de exercício físico estruturado, sugerindo que programas planejados, regulares e supervisionados podem produzir efeitos mais consistentes sobre os sintomas climatéricos do que atividades não sistematizadas. Essa distinção possui relevância clínica, pois orientações genéricas para aumento da atividade física podem ser insuficientes diante da complexidade dos sintomas emocionais e físicos apresentados por mulheres climatéricas.

As intervenções integrativas e expressivas também apresentaram efeitos positivos. Kirca et al. (2024) demonstraram redução da ansiedade com a coloração de mandalas, enquanto Ugurlu et al. (2024) observaram melhora do sono e redução de sintomas depressivos com intervenção musical, configurando-se como estratégias de baixo custo, acessíveis e com boa aceitabilidade que podem ser incorporadas ao cuidado, especialmente na atenção primária. Tais intervenções parecem atuar por mecanismos relacionados à redução da tensão emocional, melhora do foco, relaxamento, expressão subjetiva e ampliação do bem-estar.

A hidroterapia, conforme Backes et al. (2022), também se mostrou relevante por integrar benefícios físicos e psicossociais. A imersão em água aquecida favorece relaxamento, redução de dor e tensão muscular, melhora da mobilidade e maior conforto corporal. Quando realizada em grupo, também contribui para interação social, troca de experiências, fortalecimento de vínculos e melhora da autoestima. Esse aspecto é particularmente importante porque muitas mulheres vivenciam o climatério de forma

silenciosa, sem espaços adequados para falar sobre seus sintomas, inseguranças e mudanças na sexualidade.

Diante disso, destaca-se a necessidade de abordagens clínicas integradas, que considerem simultaneamente sintomas físicos, emocionais e contextuais. Estratégias de rastreamento, escuta qualificada e intervenções multidisciplinares mostram-se fundamentais para o cuidado adequado dessa população. Além disso, futuras pesquisas devem priorizar delineamentos longitudinais, maior padronização metodológica e inclusão de variáveis psicossociais, ampliando a compreensão dos fatores que modulam a experiência do climatério.

Apesar da temática relevante, a literatura ainda apresenta limitações importantes, incluindo predominância de estudos transversais, heterogeneidade metodológica e utilização de diferentes instrumentos para avaliação da saúde mental. Além disso, permanecem limitadas as investigações que integrem simultaneamente saúde mental, sexualidade, cognição, sintomas urogenitais e fatores socioculturais. Dessa forma, futuros estudos longitudinais e multicêntricos são necessários para ampliar a compreensão dos fatores que modulam a experiência emocional do climatério e da menopausa.

Em síntese, as evidências científicas desta revisão indicam que o climatério e a menopausa constituem períodos de transição marcados por desafios relevantes à saúde mental feminina. A interação entre alterações hormonais, sintomas físicos, fatores psicológicos e condições sociais contribui para o desenvolvimento de depressão, ansiedade, distúrbios do sono e sofrimento emocional, impactando de maneira significativa a qualidade de vida e o bem-estar feminino. Ao mesmo tempo, intervenções não farmacológicas e abordagens multidimensionais demonstram potencial relevante na promoção da saúde mental, reforçando a necessidade de um cuidado integral, humanizado e centrado nas singularidades da experiência feminina.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A produção científica analisada evidenciou que o climatério e a menopausa estão associados a repercussões importantes na saúde mental feminina, permitindo atingir o objetivo proposto de identificar as principais alterações psicológicas e estratégias terapêuticas descritas na literatura. Observa-se que essa transição fisiológica configura um período de maior vulnerabilidade biopsicossocial, frequentemente marcado por sintomas

depressivos, transtornos de ansiedade, distúrbios do sono e comprometimento da qualidade de vida e do bem-estar psicológico.

As evidências demonstram que o sofrimento psíquico nesse período não é um fenômeno meramente biológico, mas o resultado de uma complexa interdependência entre as flutuações neuroendócrinas e determinantes biopsicossociais. Observou-se que fatores como a insatisfação com a autoimagem, o estresse crônico e contextos de vulnerabilidade social potencializam a gravidade das manifestações mentais. Ademais, a pesquisa evidenciou uma lacuna crítica na assistência à saúde: a frequente invisibilidade dessas demandas nos serviços de atenção primária, onde sintomas severos de depressão e ansiedade são, por vezes, naturalizados como inerentes ao envelhecimento.

Em contrapartida, os estudos analisados destacam a eficácia de intervenções não farmacológicas na mitigação desses impactos. A prática sistematizada de exercícios físicos, incluindo modalidades como a dança e a fisioterapia aquática, bem como o uso de terapias integrativas (musicoterapia e práticas expressivas), revelou-se fundamental para a regulação do humor, redução do estresse e promoção do bem-estar subjetivo.

Conclui-se que o manejo da saúde da mulher no climatério exige uma mudança de paradigma, transcendendo o modelo focado exclusivamente em sintomas somáticos para uma abordagem integral e multidisciplinar. É imperativo que os profissionais de saúde adotem protocolos de escuta qualificada e rastreamento ativo para garantir o suporte emocional adequado. Por fim, recomenda-se a realização de futuras investigações com delineamentos longitudinais, visando aprofundar a compreensão sobre os mecanismos adaptativos e a influência de variáveis culturais na vivência da menopausa.

6 REFERÊNCIAS

- Adrián Enrique Hernández-Muñoz, Méndez-Magaña, A., Melva Guadalupe Herrera-Godina, Ana Lilia Fletes-Rayas, Carlos Enrique Cabrera-Pivaral, & Beatriz Adriana Vázquez-Pérez. (2019). Riesgo para el desarrollo de Trastorno Depresivo Mayor al existir alteraciones en la sintomatología menopaúsica en mujeres de Guadalajara, Jalisco. *Revista Chilena de Obstetricia Y Ginecología (Impresa)*, 84(4), 297–306. <https://doi.org/10.4067/s0717-75262019000400297>
- Avis, N. E., Colvin, A., Chen, Y., Joffe, H., & Kravitz, H. M. (2024). Depressive symptoms over the final menstrual period: Study of Women's Health Across the Nation (SWAN). *Journal of Affective Disorders*, 367, 426–433. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2024.08.237>

- Ayça Şolt Kırca, Elif Dağlı, Derin, E., & Aka, N. (2024). The effect of mandala coloring on anxiety and quality of life of women in the climacteric period: a randomized controlled study. *Revista Da Associação Médica Brasileira*, 70(6). <https://doi.org/10.1590/1806-9282.20240059>
- Backes, R., Gauer, A. P. M., Jahnel, É. L., & Azzi, V. J. B. (2022). Women's perception about hydrotherapy in postmenopause: a qualitative study. *Fisioterapia Em Movimento*, 35, e356015. <https://doi.org/10.1590/fm.2022.356015>
- Brown, L., Hunter, M. S., Chen, R., Crandall, C. J., Gordon, J. L., Mishra, G. D., Rother, V., Joffe, H., & Hickey, M. (2024). Promoting good mental health over the menopause transition. *The Lancet*, 403(10430), 969–983. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(23\)02801-5](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(23)02801-5)
- Danielly Yani Fausto, Beatriz, J., Fábio Hech Dominski, & Coutinho, A. (2024). Effects of jazz dance and concurrent training on psychological variables in menopausal women: A randomized controlled trial. *Archives of Women S Mental Health*. <https://doi.org/10.1007/s00737-024-01509-2>
- Dotlic, J., Radovanovic, S., Rancic, B., Milosevic, B., Nicevic, S., Kurtagic, I., Markovic, N., & Gazibara, T. (2020). Mental health aspect of quality of life in the menopausal transition. *Journal of Psychosomatic Obstetrics & Gynecology*, 42(1), 40–49. <https://doi.org/10.1080/0167482x.2020.1734789>
- Duralde, E. R., Sobel, T. H., & Manson, J. E. (2023). Management of perimenopausal and menopausal symptoms. *BMJ*, 382, e072612–e072612. <https://doi.org/10.1136/bmj-2022-072612>
- Hernández-Muñoz, Méndez-Magaña, A., Melva Guadalupe Herrera-Godina, Ana Lilia Fletes-Rayas, Carlos Enrique Cabrera-Pivaral, & Beatriz Adriana Vázquez-Pérez. (2019). Riesgo para el desarrollo de Trastorno Depresivo Mayor al existir alteraciones en la sintomatología menopaúsica en mujeres de Guadalajara, Jalisco. *Revista Chilena de Obstetricia Y Ginecología (Impresa)*, 84(4), 297–306. <https://doi.org/10.4067/s0717-75262019000400297>
- Hernández-Muñoz, A. E., Méndez-Magaña, A., Fletes-Rayas, A. L., Rangel, M. A., García, L. T., & de Jesús López-Jiménez, J. (2022). Subjective well-being's alterations as risk factors for major depressive disorder during the perimenopause onset: an analytical cross-sectional study amongst Mexican women residing in Guadalajara, Jalisco. *BMC Women's Health*, 22(1). <https://doi.org/10.1186/s12905-022-01848-1>
- Jaeger, M. de B., Miná, C. S., Alves, S., Schuh, G. J., Wender, M. C., & Manfro, G. G. (2020). Negative affect symptoms, anxiety sensitivity, and vasomotor symptoms during perimenopause. *Brazilian Journal of Psychiatry*. <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2020-0871>
- Jia, Y., Zhou, Z., Xiang, F., Hu, W., & Cao, X. (2024). Global prevalence of depression in menopausal women: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 358. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2024.05.051>

- Khakkar, M., & Kazemi, A. (2023). Relationship between mental health and climacteric adjustment in middle aged women: a confirmatory analysis. *BMC Women's Health*, 23(1). <https://doi.org/10.1186/s12905-023-02397-x>
- Kravitz, H. M., Colvin, A. B., Avis, N. E., Joffe, H., Chen, Y., & Bromberger, J. T. (2022). Risk of high depressive symptoms after the final menstrual period: the Study of Women's Health Across the Nation (SWAN). *Menopause*, 29(7), 805–815. <https://doi.org/10.1097/gme.0000000000001988>
- Li, J., Zhang, M., Wang, Y., Chen, X., Liu, H., Zhao, Y., & Sun, L. (2024). Prevalence and associated factors of depression in postmenopausal women: A systematic review and meta-analysis. *BMC Psychiatry*, 24(1), 1–15. <https://doi.org/10.1186/s12888-024-05875-0>
- Lima, A. M., Rocha, J. S. B., Reis, V. M. C. P., Silveira, M. F., Caldeira, A. P., Freitas, R. F., & Popoff, D. A. V. (2019). Perda de qualidade do sono e fatores associados em mulheres climatéricas. *Ciência & Saúde Coletiva*, 24(7), 2667–2678. <https://doi.org/10.1590/1413-81232018247.19522017>
- Luz, M. M. F., & Frutuoso, M. F. P. (2021). O olhar do profissional da Atenção Primária sobre o cuidado à mulher climatérica. *Interface - Comunicação, Saúde, Educação*, 25. <https://doi.org/10.1590/interface.200644>
- Macías-Cortés, E. del C., Llanes-González, L., Aguilar-Faisal, L., & Asbun-Bojalil, J. (2017). Is metabolic dysregulation associated with antidepressant response in depressed women in climacteric treated with individualized homeopathic medicines or fluoxetine? *The HOMDEP-MENOP Study. Homeopathy*, 106(1), 3–10. <https://doi.org/10.1016/j.homp.2016.11.002>
- Matzumura-Kasano, J. P., Gutiérrez-Crespo, H. F., & Ruiz-Arias, R. A. (2025). Menopausal Transition and Emotional Symptoms in Middle-Aged Women. *Revista de Obstetricia Y Ginecología de Venezuela*, 85(4), 550–560. <https://doi.org/10.51288/00850408>
- Mendes, K. D. S., Silveira, R. C. de C. P., & Galvão, C. M. (2008). Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto & Contexto - Enfermagem*, 17(4), 758–764. <https://doi.org/10.1590/s0104-07072008000400018>
- Menezes, D. V., & Oliveira, M. E. de. (2016). Evaluation of life's quality of women in climacteric in the city of Floriano, Piauí. *Fisioterapia Em Movimento*, 29, 219–228. <https://doi.org/10.1590/0103-5150.029.002.AO01>
- Moreira, M., Castello, T. M., Fajardo, M. L. M., Grillo, L. W., Osugi, N. K., Silveira, P. G. C., Mubidila, M. K., & Tibúrcio, J. D. (2024). O papel do exercício físico na melhora da qualidade de vida de mulheres menopausadas. *Revista de Medicina*, 103(1), e–215854. <https://doi.org/10.11606/issn.1679-9836.v103i1e-215854>
- Nogueira, J. S., Oliveira, B. D. S., Mamede, M. V., & Silva, L. D. C. (2018). SINTOMAS PSICOLÓGICOS EM MULHERES CLIMATÉRICAS CARDIOPATAS. *Cogitare Enfermagem*, 23(2). <https://doi.org/10.5380/ce.v23i2.54075>
- Oldra, C. M., Lazarotto, A. K., Wendt, G. W., Ferreto, L. E., Follador, F. A. C., & Vieira, A. P. (2021). Depression mediates the links between climacteric symptoms and food

and nutritional insecurity. *Climacteric*, 25(3), 311–315.
<https://doi.org/10.1080/13697137.2021.1892628>

Quiroga, A., Larroy, C., & González-Castro, P. (2017). Climacteric symptoms and their relation to feminine self-concept. *Climacteric*, 20(3), 274–279.
<https://doi.org/10.1080/13697137.2017.1310192>

Real, G. A., Jiménez, J. L. L., & González, C. G. (2017). Climatério, saúde e depressão, uma abordagem psicossocial: Estudo exploratório com um grupo de mulheres da cidade do México. *Revista Kairós : Gerontologia*, 20(1), 09.
<https://doi.org/10.23925/2176-901x.2017v20i1p9-23>

Rukure, H., & Husted, M. (2025). Cognitive behavioural therapy for menopausal symptoms: a systematic review of efficacy in improving quality of life. *BMC Women's Health*.
<https://doi.org/10.1186/s12905-025-04142-y>

Sabriye Uçan Yamaç, & Bakir, N. (2025). Aging anxiety levels of women in menopause and associated factors. *Revista Da Associação Médica Brasileira*, 71(1).
<https://doi.org/10.1590/1806-9282.20240573>

Souza, M. T. de, Silva, M. D. da, & Carvalho, R. de. (2010). Revisão integrativa: o que é e como fazer. *Einstein (São Paulo)*, 8(1), 102–106. <https://doi.org/10.1590/s1679-45082010rw1134>

Whittemore, R., & Knafl, K. (2005). The integrative review: Updated methodology. *Journal of Advanced Nursing*, 52(5), 546–553. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2005.03621.x>

Yadav, V., Jain, A., Dabar, D., Goel, A. D., Sood, A., Joshi, A., Agarwal, S. S., & Nandeshwar, S. (2021). A meta-analysis on the prevalence of depression in perimenopausal and postmenopausal women in India. *Asian Journal of Psychiatry*, 57, 102581. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2021.102581>

APÊNDICE – INSTRUMENTO DE COLETA

Nº	Base de dados	Autor/ Ano	Objetivo	Método	Principais resultados	Repercussões do climatério e menopausa na saúde mental
----	---------------	---------------	----------	--------	-----------------------	--

ANEXO A: DECLARAÇÃO DE REVISÃO ORTOGRÁFICA

DECLARAÇÃO DE REVISÃO ORTOGRÁFICA E GRAMATICAL

Eu, **Eugênia Maria de Sousa Lima**, inscrita no CPF sob o nº **273.273.023-87** e RG nº **509.347-SSP/PI** graduada no Curso de **Letras – Português** pela **Universidade Estadual do Piauí (UESPI)** no ano de **1998** declaro para os devidos fins de direito que realizei a revisão linguística, ortográfica e gramatical do Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) intitulado: **A PRODUÇÃO CIENTÍFICA SOBRE SAÚDE MENTAL DE MULHERES NO CLIMATÉRIO E NA MENOPAUSA**

O referido trabalho é de autoria dos estudantes: **ANA VITÓRIA FROTA DE SOUSA, JOÃO BRUNO RIBEIRO NETO e LUANA ALICE OLIVEIRA BEZERRA**, sob a orientação da Profa. Dra. Fernanda Cláudia Miranda Amorim, desenvolvido como requisito para obtenção do título de bacharel em Medicina na Afya Centro Universitário UNINOVAFAPI.

Atesto que o texto foi submetido a uma análise minuciosa e encontra-se em total conformidade com a norma-padrão da Língua Portuguesa, respeitando o Novo Acordo Ortográfico vigente e os critérios de coesão e coerência textual acadêmica.

Por ser a expressão da verdade, firmo a presente declaração.

Documento assinado digitalmente
EUGENIA MARIA DE SOUSA LIMA
Data: 20/05/2026 19:57:42-0300
verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Teresina - PI, 20 de maio de 2026

ANEXO B: DECLARAÇÃO DE TRADUÇÃO DO RESUMO PARA O INGLÊS

DECLARAÇÃO DE TRADUÇÃO

Eu, **João Vítor Fonseca de Sampaio**, inscrito(a) no CPF sob o nº **05946960385** e RG **2964469 SSP**, graduado(a) em **Letras Inglês** pela **Universidade Federal do Piauí**, no ano de **2018** declaro para os devidos fins de direito que realizei a tradução e a revisão técnica da Língua Portuguesa para a Língua Inglesa do título, do resumo (*abstract*) e das palavras-chave (*keywords*) do trabalho acadêmico intitulado **A PRODUÇÃO CIENTÍFICA SOBRE SAÚDE MENTAL DE MULHERES NO CLIMATÉRIO E NA MENOPAUSA**, de autoria dos estudantes: **ANA VITÓRIA FROTA DE SOUSA**, **JOÃO BRUNO RIBEIRO NETO** e **LUANA ALICE OLIVEIRA BEZERRA**

Atesto que o texto final cumpre com o padrão formal e as normas gramaticais exigidas pela comunidade científica internacional, assumindo plena responsabilidade técnica pelo teor da referida tradução.

Documento assinado digitalmente
gov.br JOAO VITOR FONSECA DE SAMPAIO
Data: 23/05/2026 16:06:22-0300
Verifique em <https://validar.itl.gov.br>

Teresina PI, 21 de Maio de 2026.

ANEXO C: TERMO DE AUTORIZAÇÃO PARA PUBLICAÇÃO ELETRÔNICA



[RPSD] Agradecimento pela submissão

2 mensagens

Gilmar Antoniassi Junior <editor@dpgpsifpm.com.br>

qua., 20 de mai. de 2026 às 13:52

Para: Luana Alice Oliveira Bezerra <luanaaliolibe@gmail.com>

Prezado(a) Luana Alice Oliveira Bezerra,

Agradecemos pela submissão do seu trabalho "A PRODUÇÃO CIENTÍFICA SOBRE SAÚDE MENTAL DE MULHERES NO CLIMATÉRIO E NA MENOPAUSA" para a revista Psicologia e Saúde em debate. Você pode acompanhar o progresso da sua submissão através da interface administrativa do sistema, acessível em:

URL da submissão: <https://psicodebate.dpgpsifpm.com.br/index.php/periodico/authorDashboard/submission/1623> Login: luanaali123

Gostaríamos de ressaltar que nosso processo de revisão envolve duas etapas distintas:

1. Inicialmente, em poucos dias, o manuscrito passará por uma análise da nossa equipe editorial, que verificará o cumprimento das normas editoriais e a necessidade de parecer de aprovação da pesquisa por um Comitê de Ética;
2. Em seguida, caso seja aprovado na etapa anterior, o manuscrito será enviado para dois revisores selecionados de forma aleatória, seguindo o modelo de avaliação duplo cego. Essa etapa costuma levar mais tempo.

É importante ressaltar que, no caso de "resenhas", nossa revista publica apenas três artigos dessa modalidade por edição. As resenhas aprovadas são colocadas em uma fila para serem publicadas nas próximas edições, o que pode resultar em prazos de publicação superiores a 1 ano. Caso não concorde com essa condição, solicitamos que solicite a retirada da submissão do processo de publicação o mais rápido possível.

Também é relevante mencionar que há uma taxa de publicação obrigatória para o processo de editoração. O pagamento desta taxa não é necessário neste momento, mas deve ser feito após a aprovação do artigo. Porém, caso o pagamento seja realizado e o artigo seja rejeitado ou abandonado pelos autores, não haverá reembolso da taxa em nenhuma circunstância. Para obter mais detalhes sobre os dados para depósito/transferência, solicitamos que acesse a página "Normas para Autores" no site da revista.

Se tiver alguma dúvida, não hesite em entrar em contato conosco por e-mail.

Agradecemos novamente por considerar nossa revista como meio de compartilhar seu trabalho.

Gilmar Antoniassi Junior

--
Conselho editorial "Psicologia e Saúde em Debate"
ISSN 2446-922X
editor@dpgpsifpm.com.br

<https://psicodebate.dpgpsifpm.com.br>

ANEXO D: RELATÓRIO DE PLÁGIO



Página 2 de 83

Versão do CopySpider: 3.5.2

Relatório gerado por: revilleticia1@gmail.com

Análise no modo: Web/Normal (disponibilidade de 97.25%) em 27:40 s (1 análise)

Idioma da busca: Português

Installation ID: ac7483adbe83e88da5f8aec664d3dbe28ea4db0d

Arquivo de entrada: DOCUMENTO PARA PASSAR NO PLÁGIO.docx

Candidato	Termos comuns	Semelhança	Agrupamento
scientiageneralis.com.br/index.php/SG/article/download/855/648/3841	177	Baixa	Moderado
docs.bvsalud.org/biblioref/2020/03/1052419/manual_cli_materio-2010.pdf	232	Baixa	Baixo
revistajrg.com/index.php/jrg/article/download/2567/2028	149	Baixa	Baixo
revistaft.com.br/relacao-entre-transtorno-do-sono-e-sau-de-mental-uma-revisao-integrativa	103	Baixa	Baixo
periodicos.ces.ufcg.edu.br/periodicos/index.php/99cienciaeducacao/25/article/download/613/pdf_231/2923	101	Baixa	Baixo
www.scielo.br/j/csc/a/7rhP4hgWqspPms5BxRVifs	87	Baixa	Baixo
www.redalyc.org/journal/408/40851313017/html	62	Baixa	Baixo
ojs.atlanticaeditora.com.br/index.php/Fisioterapia-Brasil/article/view/568	44	Baixa	Baixo
revista.unils.edu.br/index.php/files/article/view/55	26	Baixa	Baixo
bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cuidado_condicoes_atencao_primaria_saude.pdf	250	Baixa	Nulo

Arquivos com problema de download

https://www.febrasgo.org.br/media/k2/attachments/Livro_saude_sexualZ-ZwebZ2.pdf - Não foi possível baixar o arquivo. É recomendável baixar o arquivo manualmente e realizar a análise em conluio (Um contra todos). - (22) The requested URL returned error: 404; [csu] timeout

https://www.researchgate.net/publication/383329734_Impacto_da_Menopausa_na_Saude_Mental_e_Fisica_Uma_abordagem_multidisciplinar/fulltext/66c8bf94920e05672e4905bc/Impacto-da-Menopausa-na-Saude-Mental-e-Fisica-Uma-abordagem-multidisciplinar.pdf - Não foi possível baixar o arquivo. É recomendável baixar o arquivo manualmente e realizar a análise em conluio (Um contra todos). - (22) The requested URL returned error: 403; [csu] timeout

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2090123225002620> - Não foi possível baixar o arquivo. É recomendável baixar o arquivo manualmente e realizar a análise em conluio (Um contra todos). - (22) The requested URL returned error: 403; [csu] timeout

Arquivos com problema de conversão

<https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/guias-e-manuais/2026/manual-de-atenc>

Relatório gerado por CopySpider Software

2026-05-25 16:18:19

Arquivo de entrada: DOCUMENTO PARA PASSAR NO PLÁGIO.docx (3113 termos)

Candidato: scientiageneralis.com.br/index.php/SG/article/download/855/648/3841 (10061 termos)

Termos comuns: 177

Similaridade

Índice novo (Si): 5,68%

Agrupamento (Sg): Moderado

Índice antigo (S): 1,36%

O texto abaixo é o conteúdo do Arquivo de entrada com destaque em vermelho para os termos comuns e agrupados encontrados no Candidato. Os termos em amarelo são comuns, mas não caracterizam cópias. Id: 4fb8dd9bb22t33

RESUMO

O climatério e a menopausa constituem fases de transição na vida da mulher, caracterizadas por alterações neuroendócrinas, físicas e psicossociais que podem impactar **significativamente a saúde mental**. Este estudo teve como objetivo analisar as repercussões do climatério e da menopausa na **saúde mental** de mulheres, identificando os principais sintomas associados e os fatores biopsicossociais envolvidos. Trata-se de uma revisão integrativa de literatura, conduzida a partir da estratégia PICO, com busca sistematizada nas bases de dados PubMed/MEDLINE, SciELO e LILACS, incluindo artigos publicados nos últimos dez anos, nos idiomas português, inglês e espanhol. Inicialmente, foram identificados 575 estudos, dos quais 23 compuseram a amostra final após aplicação dos critérios de elegibilidade e etapas de seleção conforme recomendações do PRISMA. Os resultados evidenciaram elevada prevalência de sintomas depressivos, ansiedade, **distúrbios do sono**, **fadiga**, prejuízos cognitivos e alterações na **qualidade de vida**, associados tanto às flutuações hormonais quanto a fatores psicossociais, como vulnerabilidade social, autoimagem, adaptação ao envelhecimento e suporte social. Destaca-se, ainda, o impacto das alterações na função sexual, relacionadas à redução da libido, dispareunia e insatisfação sexual, com repercussões emocionais e relacionais. Intervenções não farmacológicas, como exercício físico estruturado, **práticas integrativas e** terapias corporais, demonstraram efeitos positivos na redução dos sintomas e na promoção do bem-estar. Conclui-se que a **saúde mental** no climatério é determinada por múltiplos fatores interdependentes, exigindo abordagens integrais, humanizadas e multidimensionais no cuidado à mulher.

1 INTRODUÇÃO

O climatério corresponde a uma fase fisiológica do ciclo de vida feminino caracterizada pela transição entre o período reprodutivo e o não reprodutivo, sendo marcado por mudanças endócrinas progressivas decorrentes da redução da função ovariana. Dentro desse processo ocorre a menopausa, definida como a interrupção permanente da menstruação após 12 meses consecutivos de amenorreia, **geralmente**

**ANEXO E: NORMAS DE SUBMISSÃO DA REVISTA PSICOLOGIA E
SAÚDE EM DEBATE**

Segue o link para o acesso às normas de submissão da revista:

<https://psicodebate.dpgpsifpm.com.br/index.php/periodico/about/submissions;>

https://docs.google.com/document/d/1B-yq_khntZr5F_2DII4dadNjPB43GS5x/edit;