

## REPRESENTAÇÕES DO CLIMATÉRIO E SUAS REPERCUSSÕES NA VIDA DA MULHER: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

João Paulo Lopes da Silva (1); Emanuella de Castro Marcolino (2); Nathália Maria Silva Fernandes (3); Ingrid Moraes de Moura (4); Maria Zélia Araújo (5)

1. *Universidade Estadual da Paraíba, jplopes\_pb@hotmail.com*

2. *Universidade Estadual da Paraíba, emanuella.de.castro@gmail.com*

3. *Universidade Federal de Campina Grande, nmsf\_@hotmail.com*

4. *Universidade Federal de Campina Grande, ingridmoura\_cg@hotmail.com*

5. *UNESC Faculdades, zelinha\_araujo@hotmail.com*

### RESUMO

O climatério é definido como período em que assinala o início da cessação da capacidade reprodutiva na mulher. Nesta fase, várias alterações fisiológicas modificam a qualidade de vida desta população. O objetivo desse trabalho foi descrever na literatura online as representações sociais do climatério e suas repercussões na qualidade de vida da mulher. Trata-se de uma revisão sistemática de publicações científicas disponíveis online, dos últimos 14 anos com busca na BVS. Os descritores utilizados foram: "climatério", "saúde", "qualidade de vida". Foram selecionados 22 artigos, indexados na sciELO e LILACS que foram analisados na íntegra e categorizados com análise temática de Minayo. A coleta deu-se no mês de julho à agosto de 2015. Emergiram os eixos temáticos: "Climatério e suas repercussões na vida da mulher" e "Qualidade de vida e fragilidades no processo do climatério". Os resultados mostraram que o climatério repercute para a maioria das mulheres de forma negativa, tanto nos aspectos sociais, quanto de saúde, além de que existe certa fragilidade no tocante a qualidade de vida, pois a mesma, estando em desequilíbrio, não irá vivenciar de forma saudável seu processo fisiológico de envelhecimento. Consideraram medidas importantes para a qualidade de vida: atividade física, alimentação saudável e evitar o tabagismo. É essencial que as mulheres tenham acesso à informação em saúde para compreender as mudanças do climatério prevenindo e amenizando a síndrome climatérica e exercendo o autocuidado.

**Palavras-chave:** Climatério, Saúde, Qualidade de Vida, Representação Social.

### ABSTRACT

The climacteric as the period that marks the beginning of the cessation of reproductive capacity in women. At this stage, various physiological changes modify the quality of life of that population. The aim of this study was to describe the online literature the social representations of menopause and its effects on the quality of life of women. This is a systematic review of scientific publications available online, the last 14 years to search in the VHL. The descriptors used were: "climacteric", "health", "quality of life". We selected 22 articles indexed in SciELO and LILACS that were analyzed in full and categorized thematic analysis of Minayo. The collection took place in July to August 2015 emerged the themes: "Climacteric and their impact on women's lives" and "Quality of life and weaknesses in the menopause process." The results showed that the climacteric repercussions for most women in a negative way, both the social aspects, the health, and that there is a certain fragility in regard to quality of life, because it, being out of balance, will not experience of healthy physiologic aging process. Considered important measures for quality of life: physical activity, healthy diet and avoid smoking. It is essential that women have access to health

information to understand the climacteric changes preventing and mitigating the climacteric syndrome and exercising self-care.

**Keywords:** Climacterium, Health, Quality of Life, Social Representation.

## INTRODUÇÃO

O climatério é definido como uma fase biológica da vida e não um processo patológico, que compreende a transição entre o período reprodutivo e o não reprodutivo. É caracterizado por alterações metabólicas e hormonais, que podem trazer mudanças no contexto psicossocial<sup>1</sup>.

Este processo inicia por volta dos 45 anos e pode se estender até os 65 anos, estando associado com alterações que afetam o bem estar físico, social, espiritual e emocional das mulheres, sendo, portanto, um processo de profundas mudanças físicas e emocionais, que sofre influência de fatores inerentes à história de vida pessoal e familiar, ao ambiente, à cultura, aos costumes, ao psiquismo, dentre outros<sup>2</sup>. Esse momento pode ser considerado um marco biológico e gerar obstáculos na qualidade de vida, especialmente quando as climatéricas não têm à sua disposição serviços e ações de saúde capazes de orientá-las quanto aos cuidados pertinentes a esta fase<sup>3</sup>.

As alterações fisiológicas que ocorrem na mulher que vivencia o climatério, mesmo com sintomas de intensidades diferentes, geram consequências que podem afetar o seu bem-estar geral. Essas modificações não necessariamente irão provocar a diminuição do prazer, mas poderá influenciar diretamente na sua resposta sexual, tornando-a mais lenta e menos prazerosa podendo causar insatisfação sexual. A dispareunia (dor durante o ato sexual) como consequência do ressecamento vaginal, devido ao hipoestrogenismo é um dos principais causadores do desconforto sexual que pode causar alterações sexuais na vida da mulher<sup>1, 4</sup>.

Neste contexto, a Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da Mulher (PNAISM) vem avançando e incorporou o cuidado as mulheres climatéricas acima de 50 anos, assumindo a decisão política de iniciar ações de saúde voltadas para as mulheres no climatério, incluindo um capítulo específico na PNAISM<sup>1</sup>.

Quanto ao preconceito social existente sobre o climatério, há associação quanto ao término do período reprodutivo da mulher com o fim de sua utilidade na sociedade. Por vezes,

esse preconceito origina-se a partir de crenças populares e conceitos sociais estabelecidos, em que a mulher, principalmente, na terceira idade, é subestimada<sup>5</sup>.

Os corpos das mulheres, regulados pela função reprodutiva e juventude refletem o modo como as representações sobre mulheres são construídas a partir dos valores sociais atribuídos à reprodução, à prática sexual e a objetificação sexual. Mulheres que adentram a fase não reprodutiva podem sofrer inúmeros preconceitos baseados em ideias associadas à frigidez e à perda de valor por causa dessa transição do ciclo de vida, ligada, portanto, ao envelhecimento. Cabe assim, considerar as importantes implicações sociais destas localizações dos corpos, das sexualidades e das identidades femininas ao longo do ciclo vital<sup>6</sup>.

Assim, tanto o climatério, quanto o envelhecimento fazem surgir novos sentimentos, positivos e/ou negativos, e ambos envolvem perdas e ganhos que podem gerar crises e, sobretudo, possibilitar novas conquistas e mudanças na vida.

Diante das modificações fisiológicas inerentes ao climatério, a mulher se encontra num momento da vida bastante diferenciado, em que as constantes descobertas podem interferir em sua qualidade de vida e relações sociais. Torna-se importante compreender as fragilidades das mulheres a partir da fala de autores frente às mudanças impostas por essa fase da vida feminina, nas publicações disponíveis online.

Assim, o presente trabalho tem como objetivo descrever na literatura online as representações do climatério e suas as repercussões na qualidade de vida da mulher.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo descritivo, qualitativo, do tipo revisão sistemático da literatura realizada a partir da coleta de dados em fontes secundárias, por meio de levantamento bibliográfico em periódicos disponíveis online. Tomou-se como base de análise qualitativa, a Teoria das Representações Sociais (TRS), visto que a sexualidade aqui representada pela vida sexual caracteriza-se enquanto fenômeno socialmente elaborado e compartilhado, capaz de sofrer modificações contínua e recíproca, devido ao contexto do meio social.

Para busca e seleção dos artigos, percorreram-se as seguintes fases: delimitação da questão norteadora da pesquisa, estabelecimento dos critérios de inclusão/exclusão para a

seleção dos estudos a serem analisados, busca ou amostragem na literatura, coleta de dados, análise crítica dos estudos incluídos, discussão dos resultados e apresentação do estudo.

O levantamento bibliográfico foi realizado entre os meses de Julho a agosto de 2015, em banco de dados disponíveis online, por meio da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), nas bases de dados LILACS (Literatura Latino-Americana em Ciências de Saúde), sciELO (*Scientific Electronic Library Online*). Na busca inicial, foi utilizado o descritor: “climatério” e foram identificados 182 trabalhos indexados na BVS que abordavam em um contexto geral a temática do climatério, publicado no idioma português.

Logo, os artigos foram filtrados a partir dos descritores: “climatério”, “saúde”, “qualidade de vida”, e a partir dos critérios de inclusão: Artigos completos publicados no Brasil, dadas as peculiaridades éticas, morais e culturais que envolvem o climatério. Artigos publicados no idioma português, entre os anos de 2000 à 2014.

A escolha do ano 2000 como base, deu-se em virtude dos eventos internacionais da década de 90, tais como Convenção de Belém do Pará, Conferência do Cairo e Conferência de Beijing que promoveram reflexos positivos na busca de uma saúde de qualidade para a mulher. Acontecendo também neste período, a criação da Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da Mulher, na qual foram propostas Princípios e Diretrizes, construída a partir da proposição do Sistema Único de Saúde (SUS), respeitando as características da nova política de saúde.

Assim, com aplicação dos filtros, foram selecionados 52 artigos, na qual se realizou a leitura seletiva e crítica, para determinação dos artigos pertinentes ao estudo. Assim, foram selecionados 22 artigos que evidenciavam de forma direta o conteúdo e atendia ao objetivo proposto nesse estudo.

Para análise dos dados utilizou-se a análise temática proposta por Minayo, embasada pela TRS, cujos eixos temáticos elaborados foram: “Climatério e suas repercussões na vida da mulher” e “Qualidade de vida e fragilidades no processo do climatério”.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para a composição deste estudo foram selecionados 22 estudos a partir da leitura seletiva e crítica dos artigos na íntegra. Os estudos selecionados são dos últimos 14 anos,

(83) 3322.3222

contato@cieh.com.br

[www.cieh.com.br](http://www.cieh.com.br)

compreendendo 2000 à 2014. De acordo com a análise, o ano de 2008 foi o período em que houve maior parte das publicações relacionadas ao tema de climatério e qualidade de vida. Embora, esse quantitativo ainda não satisfaz a necessidade de publicações no país sobre a temática.

### **Climatério e suas Repercussões na Vida da Mulher**

A sexualidade da mulher no climatério ainda sofre preconceitos e tabus e a sociedade tem acreditado que mulheres fora do período reprodutivo são assexuadas ou incapazes de exercer a sua sexualidade. Neste estudo em questão, observou-se que grande parte das mulheres mantém suas atividades sexuais. Sabendo que o aspecto biopsicossocial da vida da mulher tem grande influência no período do climatério, quanto maior a informação conferida sobre os sintomas, maior o ganho para enfrentar essa etapa com positividade<sup>1</sup>.

Por viver em uma sociedade que preza a jovialidade, algumas mulheres que chegam à meia idade sentem o impacto da perda das características femininas jovens, já que há queda na apreciação social, podendo acarretar em diminuição da autoestima. Sendo assim, a maioria dos discursos vinculados às mulheres climatéricas, abordavam a insatisfação com a autoimagem, indicando que a mudança na aparência física decorrente do processo de amadurecer, assume outra dimensão<sup>7</sup>.

As alterações fisiológicas, decorrentes da diminuição da produção de estrogênios pelos ovários, modificam o padrão menstrual, a lubrificação vaginal, a densidade óssea e os sistemas termoregulador, vascular e urogenital. Tudo isto, aliado ao contexto da meia-idade, pode levar a alterações no humor, no sono e na função cognitiva, o que contribui para a redução da autoestima e das respostas sexuais<sup>8</sup>.

Além disso, pode ocorrer a diminuição ou ausência do desejo sexual que aliado ao ressecamento vaginal causa desconforto no momento da relação, criando uma situação delicada, muitas vezes, gerando repulsa do parceiro<sup>7</sup>. Contudo, esses fatores podem interferir diretamente em sua autoestima e sensação de valorização, pelo fato de algumas mulheres vivenciarem a atividade sexual ainda como uma tarefa a ser cumprida, e não necessariamente,

que envolva reciprocidade. Para evitar conflitos e desentendimentos, as mulheres submetem-se ao relacionamento sexual com seus parceiros, os quais, muitas vezes, de forma egoísta, têm dificuldades em entender e aceitar a diminuição da libido e da satisfação sexual<sup>9</sup>.

Outros autores têm atribuído às dificuldades na esfera sexual, a sentimentos de culpa ou constrangimento pelo desejo sexual por parte da mulher ou a eventuais dificuldades conjugais. Além disso, a atividade sexual pode ser afetada por comorbidades pré-existentes da própria mulher ou de seu parceiro que, pelas suas repercussões clínicas ou necessidade de uso de medicamentos, interferem na libido ou na potência sexual<sup>10</sup>.

Muitas mulheres percebem a chegada da menopausa como a perda do objetivo primário do sexo, a reprodução, o que pode se refletir no exercício da sexualidade. Assim, eventuais sentimentos de culpa em relação aos impulsos sexuais poderiam explicar a maior prevalência de disfunções sexuais no período pós-menopausa<sup>11</sup>.

Alguns estudos apontaram que várias mulheres relataram mudanças ao iniciarem os sinais e sintomas da menopausa, principalmente, com relação à perda de encanto e interesse de seus parceiros. A separação conjugal, nessa fase, intensifica ainda mais as crises depressiva que possam advir, surgindo o sentimento de rejeição e desvalorizada pelo parceiro<sup>12</sup>.

Além da diminuição da autoestima, existe uma maior tendência à depressão no climatério, que no tocante aos discursos, tem sido atribuída ao medo de envelhecer e à percepção de proximidade da morte, sentimentos estes agravados pela sensação de inutilidade ou carência afetiva. A maioria dos autores discute que as reações emocionais no climatério são extremamente variáveis, podendo vivenciar este período de forma sintomática ou não, atribuindo à nova etapa do amadurecimento existencial, que lhes permitirá uma vida com maior segurança e confiança, ou então de forma negativa e apresentam vários sintomas e queixas psíquicas, dos quais se destacam a irritabilidade, ansiedade e depressão. Estes são mais exacerbados em mulheres que perderam seu papel social e não redefiniram seus objetivos existenciais, correlacionando-se com maior número de queixas psicológicas durante o climatério<sup>13,14</sup>.

Sendo assim, no processo de viver, as mulheres buscam estar bem consigo e com as pessoas que a rodeiam, acreditando que seja necessário compreender a si próprias, aceitarem suas limitações e medos, conhecer suas potencialidades e estarem em paz com as suas

consciências para viverem mais felizes. Elas querem ser respeitadas da mesma forma como respeitam os outros indivíduos, serem amadas por suas famílias e seus companheiros. Ao se cuidarem e se sentirem valorizadas pelo que pensam, pelo que são e fazem, sentem-se mais confiantes e capazes de agir<sup>3</sup>.

### **Qualidade de vida e Fragilidades no Processo do Climatério**

É cada vez maior o número de mulheres que se preocupam em ter vida saudável, livre de incapacidades, doenças e sintomas desagradáveis que prejudicam o lazer, os relacionamentos interpessoais e o trabalho, mais do que apenas ter vida longa. As características de uma vida saudável são a essência do que significa qualidade de vida relacionada à saúde<sup>15</sup>.

A assistência à mulher climatérica com foco na melhoria da qualidade de vida, foi a segunda tendência temática evidenciada. Esses estudos trazem a discussão no tocante à fragilidade das políticas públicas, de atenção à saúde da mulher nesta fase da vida, bem como a forma como é tratado o climatério frente aos serviços de saúde, profissionais e ações direcionadas, percebendo-se assim, lacuna do sistema quanto à percepção e assistência à mulher climatérica.

Dentre os fatores associados à qualidade de vida da mulher no climatério, os mais relevantes são as suas condições físicas e emocionais prévias, bem como a sua inserção social e experiências frente a eventos vitais. Mais recentemente, tem sido reconhecida a influência das atitudes e percepções da mulher em relação à menopausa na qualidade de vida no climatério<sup>10</sup>.

Mulheres com uma percepção mais negativa da menopausa não somente tendem a apresentar uma pior qualidade de vida, como sintomas climatérios mais severos. As ondas de calor parecem ser os únicos sintomas diretamente associados com a queda estrogênica, ao passo que as demais queixas climatéricas (labilidade emocional, menor libido e insônia) estariam relacionadas principalmente ao modo como a menopausa é percebida<sup>11</sup>.

Pouco se fala sobre climatério e menopausa, de modo que as mulheres chegam a essa fase da vida com pouquíssima informação a respeito, ficando sujeitas a dúvidas, temores e inseguranças. Deve-se instruí-las para que procurem os serviços de saúde disponíveis em suas

comunidades, para que criem o hábito de buscar essas informações junto aos profissionais mais adequados, bem como o de submeterem-se regularmente aos exames preventivos específicos de sua idade. Estas condutas certamente contribuirão para diminuir temores que porventura existam entre as mulheres quanto à entrada no climatério e menopausa, como também, para diminuir a incidência de doenças características dessa fase<sup>16</sup>.

É reconhecido que há uma variedade de fatores que envolvem a fase do climatério, bem como o quanto ele pode influenciar a qualidade de vida da mulher que o vive, sendo de extrema importância que esses fatores sejam conhecidos e considerados para que os profissionais da saúde possam atender às necessidades dessa mulher, com o propósito de lhe proporcionar uma assistência globalizada, incluindo a assistência às suas necessidades biopsicossociais, como preconiza o Ministério da Saúde<sup>17</sup>.

Nesse contexto, a terapia de reposição hormonal (TRH), torna-se o tratamento de primeira escolha para mulheres no climatério, sendo uma assistência fragmentada e de intervenção meramente curativa, de forma a restringir esse período da vida ao tratamento dos sinais e sintomas (VALADARES *et al.*, 2008). Desta forma, na maioria das falas, identifica-se uma insatisfação dos autores quanto ao tratamento enfaticamente biológico, condicionado pelo hipoestrogenismo.

Estudos mostram os efeitos no tocante a orientação das mulheres acerca do climatério e da adesão ao tratamento hormonal, sendo a taxa de continuidade do tratamento hormonal mais elevada nas que receberam informações, quando comparadas ao grupo que não recebeu essas orientações, isso reforça a importância da orientação adequada<sup>18</sup>. Predominantemente, as falas demonstram que deve haver fortalecimento da educação em saúde de forma mais abrangente, visto que as informações necessárias à população usuária dos serviços públicos devem ir além de ações biológicas<sup>19</sup>.

A prática de atividade física tem papel extremamente importante para a prevenção de algumas doenças como as do coração, através da elevação da HDL. Vários estudos vêm mostrando o efeito positivo com o exercício na prevenção primária e secundária de diversas doenças, como hipertensão arterial, cardiopatia isquêmica, diabetes e osteoporose, entre outras.

São relatados também efeitos benéficos do exercício sobre os fogachos e a depressão psíquica no climatério e ainda preserva a massa óssea<sup>16,20</sup>.

Assim, percebe-se que, para que haja eficácia nas intervenções ao climatério, elas devem ser sempre precedidas de uma escuta qualificada, que permita identificar as reais necessidades da mulher nessa fase. É preciso que esta tenha espaço para manifestar a sua percepção e sentimentos acerca do momento que está vivenciando e as suas dificuldades pessoais, devendo ser informada sobre as mudanças naturais do seu corpo e as implicações para a sua saúde<sup>21</sup>.

Outro ponto a destacar, é que a maioria dos trabalhos fazia referência ao sistema de saúde vigente ainda privilegia a assistência curativa, com tendência a “medicalização” da atenção prestada. A informação e a educação para a saúde, tão necessárias ao autocuidado, e a participação ativa da mulher nas decisões sobre o cuidado com seu corpo, não são práticas presentes no cotidiano dos serviços de saúde. Esse fato assume proporções mais sérias quando se trata de mulher com um padrão sociocultural e econômico diminuído, cujo acesso a esses serviços sempre foi difícil, não sendo diferente no climatério<sup>22</sup>.

Os artigos utilizados focavam a necessidade de profissionais de saúde tornar-se agentes atuantes no processo de modificação da abordagem terapêutica voltada ao climatério, visto que essa categoria possui capacidade para desenvolvimento de estratégias eficientes para o cuidado, sendo a sensibilidade e criatividade qualidades voltadas à melhoria da saúde de qualquer indivíduo de responsabilidade também destes profissionais<sup>23</sup>.

## CONCLUSÃO

Abordar o tema saúde da mulher no climatério, sob qualquer âmbito em que ela se apresente, é tarefa que depara uma pluralidade de conceitos. A saúde da mulher está inserida de forma assustadora e precária na sociedade, embora, não seja muito percebida pelas pessoas na magnitude com que se apresenta e nas sérias repercussões que acarretam, tanto no plano individual como coletivo.

Como foi descrito ao longo do estudo, o climatério repercute na maioria das vezes, de forma negativa na vida das mulheres, tanto nos aspectos sociais, quanto de saúde, além de que

existe certa fragilidade no tocante a qualidade de vida, pois a mesma, estando em desequilíbrio, não irá vivenciar de forma saudável seu processo fisiológico de envelhecimento.

Observou-se que as modificações desse período atrapalham e muito o cotidiano destas mulheres, principalmente quando se trata de amenizar os sinais e sintomas do climatério e menopausa, pois as informações que elas possuíam não eram o suficiente para terem relativamente uma boa qualidade de vida.

Ressalta-se ainda, que mesmo diante das previsões com relação ao aumento dos percentuais do número de idosos no Brasil para os anos posteriores, a produção científica relacionada a essa temática encontra-se incipiente, o que aponta a necessidade de pesquisas que facilitem o processo de intervenção dentro dessa área. Pois como ficou visível a mulher busca os serviços de saúde para sanar seus anseios relacionados ao climatério, no entanto, existe uma fragilidade no sistema para acolhimento adequado dessas mulheres e na resolução do mesmo.

Torna-se essencial que ocorram mudanças nos programas e ações governamentais, voltado a área da saúde da mulher que se encontra no processo e envelhecimento, através de estratégias que consolidem a saúde como prioridade desta parcela vulnerável da população, acompanhado-a em todo o processo.

## REFERÊNCIAS

- 1.Ministério da Saúde (BR). Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Manual de atenção à mulher no climatério/menopausa. Brasília (DF): MS; 2008.
- 2.Galvão LLLF, Farias MCS, Azevedo PRM, Vilar MJP, Azevedo GD. Prevalência de transtornos mentais comuns e avaliação da qualidade de vida no climatério. Rev. Assoc. Med. Bras. 2007, 53(5): 414-442.
- 3.Zampieri MFM *et al.* O processo de viver e ser saudável das mulheres no climatério. Esc. Anna Nery. 2009, 13(2): 305-312.
- 4.Pereira Q, Silva C, Siqueira H. Processo de viver de mulheres climatéricas usuárias do sistema Único de Saúde. Ciênc Cuid Saúde [online]. 2008 7(2):224-231.
- 5.Berni NIO, Luz MH, Kohlrausch SC. Conhecimento, percepções e assistência à saúde da mulher no climatério. Rev. Bras. Enferm. 2007, 60 (3):299-306.

6. Valença CN, Germano RM. Concepções de mulheres sobre menopausa e climatério. Rev. Rene. 2010, 11(1): 161-171.
7. Oliveira DM, Jesus MCP, Merighi MAB. Climatério E Sexualidade: A Compreensão Dessa Interface por Mulheres Assistidas Em Grupo. Texto Contexto Enferm. 2008, 17(3): 519-526.
8. Valadares ALR, Pinto-Neto AM, Abdo C, Melo VH. HIV em mulheres de meia-idade: fatores associados. Rev. Assoc. Med. Bras. 2010, 16(1): 112-115.
9. Pereira QLC, Siqueira HCH. O olhar dos responsáveis pela política de saúde da mulher climatérica. Esc. Anna Nery. 2009 13(2):366-371.
10. De Lorenzi DRS., Catan LB, Moreira K, Artico GR. Assistência à mulher climatérica: novos paradigmas. Rev. Bras. Enferm. 2009, 62(2): 287-293.
11. De Lorenzi DRS, Baracat EC, Saciloto B, Padilha Jr. I. Fatores Associados à qualidade de vida na pós-menopausa. Rev Assoc Med Bras 2006; 52(5): 312-317.
12. Valadares AL *et al.* Depoimentos de mulheres sobre a menopausa e o tratamento de seus sintomas. Rev. Assoc. Med. Bras. 2008, 54(4)299-304.
13. Fernandes RCLE, Rozenhal M. Avaliação da sintomatologia depressiva de mulheres no climatério com a escala de rastreamento populacional para depressão ces-d. Rev. psiquiatr. Rio Gd. Sul. 2008, 30(3):192-200.
14. Appolinário JC, Meirelles RMR, Coutinho W, Póvoa LC. Associação entre traços de personalidade e sintomas depressivos em mulheres com síndrome do climatério. Arq. Bras. Endocrinol. Metab. 2001, 45(9).
15. Silva Filho EA, Costa AM. Avaliação da qualidade de vida de mulheres no climatério atendidas em hospital-escola na cidade do Recife, Brasil. Rev. Bras. Ginecol. Obstet. 2008, 30(3):113-120.
16. Barboza, WMO, Costa TV, Toledo Neto JL. Qualidade de vida em mulheres no período de climatério e menopausa. Rev. Odontologia. 2014, 14(7): 406-417.
17. Santos LM *et al.* Síndrome do climatério e qualidade de vida: uma percepção das mulheres nessa fase da vida. Revista APS. 2007, 10(1): 20-26.
18. Pinto-Neto AM *et al.* Caracterização das usuárias de terapia de reposição hormonal do município de Campinas, São Paulo. Cad Saúde Publica; 2002, 18(1): 107-121.
19. Mendonça EAP. Representações médicas e de gênero na promoção da saúde no climatério/menopausa. Ciênc. Saúde Coletiva. 2004, 9(2).

20. Rampanele A. A prática de atividade física entre mulheres frequentadoras de academia no climatério e menopausa [monografia]. Novo Hamburgo (RS): Universidade Feevale; 2010.
21. Maron L, Leal A, Bandeira D, Macedo PS, Garcia SS, Silva EB. A assistência às mulheres no climatério: um estudo bibliográfico. Rev Contexto Saúde [online]. 2011, 10(20):545-50.
22. Pereira QLC, Siqueira HCH, Cezar-Vaz MR. Inserção da mulher climatérica nas políticas públicas da saúde. In: Resumo dos trabalhos apresentado no 58º Congresso Brasileiro de Enfermagem: ABEn, 2006, p.134.
23. De Lorenzi DRS, Basso E, Fagundes PO, Saciloto B. Prevalência de sobrepeso e obesidade no climatério. Rev. Bras. Ginecol. Obstet. 2005, 27(8):479-484.