

## CLIMATÉRIO E MENOPAUSA: IMPACTO NA SAÚDE DA MULHER EM PROCESSO DE ENVELHECIMENTO

Janaína Fernandes Ferreira <sup>1</sup>  
Morgana Alves de Farias <sup>2</sup>  
Ana Cláudia Torres de Medeiros <sup>3</sup>

### RESUMO

O climatério e a menopausa correspondem às fases biológicas inerentes às mulheres e fazem parte do processo de envelhecimento natural feminino, sendo um período marcado por alterações biopsicossociais. A presente pesquisa objetivou investigar o que a literatura apresenta acerca do impacto que o climatério e a menopausa gera na vida das mulheres, bem como a percepção das mesmas frente à este marcante período. Trata-se de uma Revisão Integrativa de Literatura realizada na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), no qual obteve-se um total de 10 artigos. Após análise e interpretação dos estudos selecionados emergiram duas categorias: “Percepção das mulheres frente ao período climatérico e à menopausa” e “Impacto das modificações do climatério e menopausa na vida das mulheres”, onde foram explanados o conhecimento feminino sobre o tema, as principais alterações percebidas e o impacto que causam no cotidiano dessas mulheres. Constatou-se que o período climatérico e a menopausa são comumente percebidos e vivenciados como experiências negativas, provocando sentimentos como inutilidade devido à perda da capacidade reprodutiva. Além disso, evidenciou-se que mulheres sedentárias, com sobrepeso ou obesidade, com baixo desempenho físico e com percepções negativas sobre sua qualidade de vida possuem maior intensidade dos sintomas climatéricos. A escassez de informações sobre a temática destaca-se como um dos maiores fatores contribuintes para essa vivência negativa, fazendo-se necessária, portanto, a sensibilização de gestores e profissionais de saúde para que forneçam informações e exerçam atividades educativas voltadas à esse grupo, que por muitas vezes não recebe uma assistência focada em suas singularidades.

**Palavras-chave:** Climatério, Menopausa, Saúde do Idoso.

### INTRODUÇÃO

Os avanços e melhorias na área da saúde contribuíram e ainda contribuem para o aumento da expectativa de vida, resultando em um aumento gradativo no número de pessoas idosas. Tal crescimento gera demandas específicas para o acompanhamento desse grupo populacional no âmbito da saúde, de forma a garantir uma assistência de qualidade e integral (MARIN; PANES, 2015).

---

<sup>1</sup> Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande – UFCG, [janaina-fernandes29@hotmail.com](mailto:janaina-fernandes29@hotmail.com);

<sup>2</sup> Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande – UFCG, [morgana.nana.alves@gmail.com](mailto:morgana.nana.alves@gmail.com);

<sup>3</sup> Professora. Doutora. Docente da Universidade Federal de Campina Grande – UFCG, [anaclaudia.tm@hotmail.com](mailto:anaclaudia.tm@hotmail.com).

O período climatérico corresponde à uma fase biológica inerente às mulheres onde há um declínio da produção dos hormônios estrogênio e progesterona, iniciando-se por volta dos 40 anos de idade e podendo prolongar-se até os 65 (ALVES *et al.*, 2015). Já a menopausa é caracterizada como o término definitivo da menstruação, geralmente ocorrendo entre os 40 e 55 anos (FILHO *et al.*, 2015). Ambos fazem parte do processo de envelhecimento natural feminino, sendo uma fase em que a mulher vivencia diversas experiências e sofre alterações em seu contexto pessoal, familiar e social (FERNANDES *et al.*, 2015).

Nesse período surgem diversos sintomas decorrentes das modificações sistêmicas que ocorrem no corpo da mulher. Dentre eles, os mais comuns são os fogachos (intensas ondas de calor) e sudorese noturna, diminuição da libido e alterações urogenitais. Dispareunia (dor nas relações sexuais), ressecamento vaginal, prurido e urgência miccional estão relacionados com a atrofia do sistema geniturinário, e são sintomas que influenciam negativamente na qualidade da vida sexual feminina. Ademais, algumas mulheres referem insônia, sintomas depressivos, irritabilidade, déficits cognitivos e fadiga, além de possuírem maior risco para doenças cardiovasculares e osteoporose (ARAUJO *et al.*, 2015).

Todavia, as alterações na vida da mulher climatérica ou menopausada não devem se resumir apenas na sintomatologia clínica. Diversas situações afetam o cotidiano dessas mulheres, como a proximidade da velhice, a perda do cônjuge e/ou parentes e amigos próximos, a saída dos filhos de casa e as mudanças corporais. Portanto, é imprescindível a realização de intervenções educativas a fim de melhorar a qualidade de vida desse grupo e desmitificar crenças e concepções errôneas sobre climatério e menopausa (FREITAS *et al.*, 2016).

Dessa forma, a presente pesquisa objetivou investigar o que a literatura apresenta acerca do impacto que o climatério e a menopausa gera na vida das mulheres, bem como a percepção das mesmas frente a este marcante período.

## **METODOLOGIA**

Esta pesquisa trata-se de uma Revisão Integrativa de Literatura, método caracterizado pela busca, seleção e análise de dados sobre o tema que se deseja abordar, possibilitando sintetizar os resultados dos estudos selecionados. Para isso, necessita de uma análise de dados realizada de forma sistemática e criteriosa, a fim de reduzir vieses (SOARES *et al.*, 2014).

A presente revisão foi construída por meio do desenvolvimento de seis etapas (MENDES; SILVEIRA; GALVÃO, 2008), iniciando-se pela formulação da questão norteadora que deu origem à este estudo: Qual a contribuição da produção científica acerca da temática climatério e menopausa voltadas às mulheres em processo de envelhecimento? A busca de artigos online na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) foi realizada na segunda etapa, utilizando-se os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) “Climatério”, “Menopausa” e “Saúde do Idoso”. No total foram encontrados 140 artigos.

Na terceira etapa foram empregados os seguintes critérios de inclusão: artigos disponíveis, publicados nos últimos cinco anos e em qualquer idioma. Após uso do filtro restaram 21 artigos que posteriormente foram analisados por meio da leitura de seus resumos na íntegra, constituindo a quarta etapa desta revisão. Foram excluídos os estudos duplicados e que não condiziam com o tema abordado, resultando em 10 estudos que compõem a amostra total.

A quinta etapa foi composta pela interpretação e agrupamento dos dados encontrados, processo realizado através da técnica de Análise Temática de Conteúdo (BARDIN, 2009). A abordagem qualitativa foi a selecionada para a análise, já que esse método é situacional, baseado em experiências, humanístico e interpretativo. Além disso, demonstra a complexidade e ricas descrições do fenômeno estudado (STAKE, 2016). Por fim, a sexta e última etapa constituiu-se de uma síntese dos dados encontrados nos artigos selecionados.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

### **Conhecendo os estudos**

Dentro do recorte temporal, o ano de 2017 contemplou a maior parte dos artigos, seguido pelos anos de 2018 e 2016. Entretanto, não foram encontrados artigos nos anos de 2015 e 2019. Com relação ao tipo de estudo, trata-se de uma amostra variada, contendo estudos transversais e epidemiológicos, analíticos, quantitativos e qualitativos. Quanto aos periódicos de publicação, as revistas “Cuidado é Fundamental Online” e “Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia” contém dois artigos cada, enquanto as demais contém um por revista.

### **Síntese dos resultados**

Duas categorias emergiram após análise e interpretação dos estudos selecionados: (1) Percepção das mulheres frente ao período climatérico e à menopausa, e (2) Impacto das modificações do climatérico e menopausa na vida das mulheres.

### ***Percepção das mulheres frente ao período climatérico e à menopausa***

O climatérico e a menopausa são períodos fisiológicos e naturais inerentes ao processo de envelhecimento feminino. Entretanto, essa fase da vida possui relação com aspectos culturais e sociais, com a estética e relações pessoais, bem como com os tabus e crenças pertencentes à determinados grupos de mulheres. Devido à isso, as repercussões causadas pelo período climatérico e pela menopausa são motivo de preocupação para grande parte do público feminino (CREMA; TILIO, 2017).

A cultura social existente supervaloriza a beleza, sendo esta intrinsecamente associada à juventude e à fertilidade. Assim, com o passar dos anos e o início do climatérico, a sociedade tende a caracterizar essa etapa como um momento de sofrimento e de envelhecimento, afetando de forma negativa a autoestima da mulher (ROCHA *et al.*, 2018). Nesse contexto, o envelhecimento é classificado como inutilidade seguida de morte, ao mesmo tempo em que a interrupção da menstruação significa perda do período reprodutivo e da beleza. Tal situação gera uma visão deprimente, de forma que se a mulher não pode mais reproduzir, torna-se inútil (GARDIN, 2017).

O envelhecimento de acordo com a vivência maia possui opiniões totalmente opostas. Há uma valorização quanto ao acúmulo de experiências que as mulheres adquirem conforme o passar dos anos, além de observá-las como um todo, e não por partes. Assim, leva-se em consideração o âmbito físico-vital (onde deve-se entender e respeitar os limites que o corpo obtém conforme o avançar da idade) e o âmbito psico-espiritual (acreditação de que as práticas e experiências que a mulher acumulou durante sua vida deveriam ser melhor aproveitadas) (GARDIN, 2017).

A dificuldade das mulheres em explicar o significado da palavra climatérico foi percebida em um dos estudos, onde as mesmas classificaram climatérico como sendo a mesma coisa que menopausa. Ao serem questionadas sobre os sintomas mais predominantes, essas mulheres afirmaram sofrer principalmente algumas alterações corporais e em sua saúde (SOUZA *et al.*, 2017).

Em outra pesquisa as entrevistadas descreveram o climatérico como um processo de transição para o envelhecimento, alegando que este período dá início à senescência. Ademais,

acrescentam que nessa fase ocorrem diversas mudanças biológicas e psicológicas, além de sofrer influência da cultura social e alterar o estilo de vida e as relações interpessoais existentes (SOARES *et al.*, 2018). A instabilidade emocional, o envelhecimento corporal e o excesso de sintomas característicos também foram evidenciados em relatos de percepção de mulheres acerca do período climatérico (PIECHA *et al.*, 2018).

No que tange aos aspectos sexuais na menopausa, as depoentes destacaram alterações como as mudanças corporais, a perda da sensualidade, a diminuição da libido e prazer sexual, e, sobretudo, a modificação do papel que a mulher representa na sociedade. Para essas mulheres, a falta de informação sobre a menopausa, seu corpo e sexualidade dificultaram sua percepção e vivência durante e após esse período. Além disso, a perda do papel reprodutivo imposto pela sociedade gera frustrações, sendo necessário o apoio familiar e social para passar por essa experiência (CREMA; TILIO, 2017).

Antigamente a temática sexualidade era envolta por diversos mitos e tabus, e tal situação refletiu na educação da maioria das atuais mulheres idosas, sendo esta composta pelos tradicionalismos da época, escassez de diálogo sobre o tema e preconceitos de gênero. Além disso, o acesso à informação e esclarecimento de dúvidas eram quase inalcançáveis. Portanto, os depoimentos dessas mulheres evidenciaram desconhecimento e dúvidas durante e após a menopausa, o que influenciou na percepção errônea acerca da sexualidade após essa condição (CREMA; TILIO, 2017).

Todavia, também foram evidenciados depoimentos em que as mulheres adquiriram maior autonomia e foram estimuladas a buscar novas conquistas. Dessa forma, redescobriram diversas questões relacionadas à própria sexualidade e tornaram-se mais vaidosas, já que não tinham mais preocupação com gravidez e estavam livres dos períodos menstruais (CREMA; TILIO, 2017).

No Brasil, a escassez de informações sobre climatério e menopausa afetam em sua maioria famílias de baixa renda. Além disso, as dúvidas sobre a menopausa e a falta de procura por serviços de saúde são mais frequentes em mulheres de baixa ou nenhuma escolaridade. Apesar da existência de princípios voltados à integralidade da saúde da mulher, são raras as ações de promoção da saúde no climatério e/ou menopausa. Conforme os relatos dos profissionais de saúde entrevistados, as mulheres buscam o serviço devido aos sintomas físicos iniciais do período. Todavia, não há uma continuidade dessa assistência, já que a rotina das unidades ainda encontra-se presa a aspectos preventivos e/ou curativos (SOARES *et al.*, 2018).

O despreparo para viver o climatério e a menopausa gera dificuldades no enfrentamento das várias mudanças que surgem, podendo afetar o estado mental e reduzir a qualidade de vida da mulher. Em contrapartida, seu empoderamento contribui para uma melhor percepção e passagem por esses períodos, condição essencial para o envelhecimento saudável (SOARES *et al.*, 2018).

### ***Impacto das modificações do climatério e menopausa na vida das mulheres***

As alterações hormonais e os consequentes sintomas climatéricos iniciais são desencadeados pelo processo de envelhecimento da mulher, que está intrinsecamente ligado com a perda de massa muscular que geralmente ocorre durante a menopausa. Tais sintomas geram efeitos negativos, como fadiga e sentimentos depressivos, levando ao desencorajamento e diminuição do desempenho físico da mulher (SILVA *et al.*, 2016).

Conforme evidenciado em uma das pesquisas, as mulheres que mais sofriam com os sintomas menopausais eram as que não realizavam atividades físicas. Além disso, as que tinham pior desempenho físico durante a menopausa eram as que tinham percepções negativas acerca de sua qualidade de vida. Demonstrou-se, portanto, que os exercícios físicos reduzem os sintomas climatéricos, melhoram a qualidade de vida das mulheres e evitam a perda de massa e força muscular decorrentes da menopausa (SILVA *et al.*, 2016).

Um dos artigos também apresentou a prática de exercícios físicos como forma de aprimorar a aptidão física funcional e, assim, prevenir quedas e fraturas e melhorar o equilíbrio. A maior parte das mulheres entrevistadas que eram sedentárias possuíam histórico de quedas com fratura, em contraste ao grupo de mulheres que realizavam atividades físicas regularmente. Estas apresentaram menor risco de quedas e maior índice de equilíbrio e mobilidade, evidenciando que tais práticas geram benefícios para a saúde física e mental (XAVIER; TRINDADE, 2018).

No que se refere às sintomatologias, as mais prevalentes dentre os estudos analisados foram: fogachos, insônia, enjoo, fadiga (SOUZA *et al.*, 2017), cefaleia, melancolia, artralgia e mialgia, mudanças na voz (SOARES *et al.*, 2018), falta de ar, sudorese, ansiedade e irritabilidade (ASSUNÇÃO *et al.*, 2017). Além disso, incontinência urinária e osteoporose também foram relatados, sendo condições capazes de reduzir consideravelmente a qualidade de vida de mulheres climatéricas, pois geram grande impacto socioeconômico e psicológico (SOARES *et al.*, 2018).

Dentre os sintomas que interferem na sexualidade da mulher, os mais citados foram redução da libido e da lubrificação, dispareunia, ganho de peso e sangramento vaginal, acompanhados de sintomas psicológicos relacionados à perda da capacidade de reprodução (CREMA; TILIO, 2017). Em outro artigo direcionado à relação entre os sintomas climatéricos e disfunção sexual, demonstrou-se que quanto maior a intensidade das manifestações climatéricas, maior a frequência de disfunção sexual das mulheres. Nesse estudo, cerca de 58,7% das entrevistadas possuía alguma disfunção, havendo correlação desta com a seriedade dos sintomas (CRUZ; NINA; FIGUERÊDO, 2017).

Com relação à intensidade dos sintomas, mulheres com sobrepeso ou obesidade apresentavam maior índice. Já as que recebiam dois ou mais salários mínimos não relataram sintomas, ou os apresentava em menor intensidade. Essa questão pode estar associada ao tipo de atividade exercida no ambiente de trabalho (ASSUNÇÃO *et al.*, 2017). A mudança de hábitos nesse etapa da vida da mulher é imprescindível para a manutenção da qualidade de vida, tendo em vista que muitos dos sintomas por ela apontados são influenciados por fatores modificáveis (ASSUNÇÃO *et al.*, 2017).

Uma pesquisa evidenciou que de dezessete mulheres entrevistadas, treze afirmaram que esses sintomas afetam suas atividades do dia-a-dia. No que se refere à procura dos serviços de saúde nesse período, quatro mulheres foram apenas no início das manifestações climatéricas, e treze não buscaram assistência (SOUZA *et al.*, 2017). Uma forma de reduzir principalmente os sintomas psicológicos e proporcionar um período menos sintomático baseia-se na oferta de orientações adequadas sobre o climatério e a menopausa (SOARES *et al.*, 2018).

Devido ao desconforto que os sintomas climatéricos e menopausais causam para as mulheres, muitas buscam na medicalização a solução para seu problema. Assim, associam vários medicamentos para o enfrentamento dos sintomas, e/ou fazem terapia de reposição hormonal (SOARES *et al.*, 2018). Entretanto, faz-se necessário compreender o envelhecimento como uma fase de transformação, de metamorfose (GARDIN, 2017). Estudos apontam que quando há entendimento sobre o climatério e menopausa e, conseqüentemente, sobre o motivo dos sintomas, há redução da intensidade dos mesmos e do impacto causado na vida das mulheres (SOARES *et al.*, 2018).

A passagem pelo climatério e a vivência da menopausa recebe influências do âmbito familiar em que a mulher está inserida. A afetividade e o apoio ofertados auxiliam no enfrentamento do estresse e na redução da ansiedade. Todavia, a falta de compreensão e escuta por parte dos parceiros dificulta esse período, podendo gerar conflitos. Ainda, o

envelhecimento de mulheres em situação de climatério ou menopausa torna-se árduo devido às perdas simultâneas que possam ocorrer, como a perda do parceiro ou de amigos e parentes próximos, bem como o crescimento dos filhos e sua saída de casa (SOARES *et al.*, 2018).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

O período climatérico e a menopausa são comumente percebidos e vivenciados pelas mulheres como experiências negativas, apenas associados ao envelhecimento e à perda reprodutiva e de sua sexualidade. Tais sentimentos provocam na mulher uma visão de inutilidade, onde a mesma não tem serventia por não ter mais a possibilidade de gerar outro ser, questão ainda enraizada na cultura social. Além disso, as alterações psicológicas e físicas existentes nessa fase acentuam tal percepção, já que os sintomas decorrentes do climatério destacaram-se como maior incômodo relatado pelas mulheres, afetando suas atividades diárias, seu cotidiano e sua relação pessoal e familiar.

Ademais, evidenciou-se o aumento da intensidade da sintomatologia em mulheres sedentárias, com sobrepeso ou obesidade, com baixo desempenho físico e com percepções negativas sobre sua qualidade de vida. Mulheres de baixa renda e escolaridade também fazem parte dessa categoria, bem como mulheres que desconheciam a diferença entre climatério e menopausa.

Observou-se que a escassez de informações sobre a temática tornou-se um dos maiores fatores contribuintes para a experiência negativa do climatério e da menopausa, tendo em vista que grande parte das mulheres não receberam orientações adequadas para auxiliar no enfrentamento desse período. Portanto, faz-se necessária a sensibilização de gestores e profissionais de saúde para que forneçam informações e exerçam atividades voltadas para esse grupo específico, que por muitas vezes não recebe uma assistência focada em suas particularidades.

## REFERÊNCIAS

ALVES, E. R. P. et al. Climatério: a intensidade dos sintomas e o desempenho sexual. **Texto & Contexto Enfermagem**, v. 24, n. 1, p. 64-71, 2015. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/714/71438421008.pdf> Acesso em 25 mai 2019.

ARAÚJO, J. B. S. et al. Avaliação da intensidade da sintomatologia do climatério em mulheres: Inquérito populacional na cidade de Maceió, Alagoas. **Caderno de Graduação-**

(83) 3322.3222

contato@cieh.com.br

www.cieh.com.br

**Ciências Biológicas e da Saúde-UNIT-ALAGOAS**, v. 2, n. 3, p. 101-111, 2015. Disponível em: <https://periodicos.set.edu.br/index.php/fitsbiosauade/article/view/2092/1269>. Acesso em: 06 jun 2019.

ASSUNÇÃO, D. F. S. et al. Qualidade de vida de mulheres climatéricas. **Integração do conhecimento médico, em prol da qualidade de vida**, v. 15, n. 2, p. 80-3, 2017. Disponível em: <http://www.sbcm.org.br/revistas/RBCM/RBCM-2017-02.pdf#page=5>. Acesso em: 20 mai 2019.

BARDIN, L. **Análise de Conteúdo**. Lisboa, Portugal; Edições 70, LDA, 2009.

CREMA, I. L.; TILIO, R. de; CAMPOS, M. T. de A. Repercussões da menopausa para a sexualidade de idosas. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 37, n. 3, p. 753-769, 2017. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6137673.pdf>. Acesso em: 20 mai 2019.

CRUZ, E. F.; NINA, V. J. S.; FIGUERÊDO, E. D. Climacteric symptoms and sexual dysfunction: association between the Blatt-Kupperman Index and the Female Sexual Function Index. **Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia**, v. 39, n. 2, p. 66-71, 2017. Disponível em: <https://www.thieme-connect.com/products/ejournals/html/10.1055/s-0037-1598603>. Acesso em: 20 mai 2019.

FERNANDES, G. et al. Influências do climatério para o envelhecimento na percepção de mulheres idosas: subsídios para a enfermagem. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, v. 17, n. 3, 2015. Disponível em: <https://www.revistas.ufg.br/fen/article/view/29072/20750> Acesso em 25 mai 2019.

FILHO, J. F. L. Epidemiologia da menopausa e dos sintomas climatéricos em mulheres de uma região metropolitana no sudeste do Brasil: inquérito populacional domiciliar. **CEP**, v. 13083, p. 881, 2015. Disponível em: <http://repositorio.unicamp.br/bitstream/REPOSIP/238344/1/2-s2.0-84931833651.pdf> Acesso em 25 mai 2019.

FREITAS, E. R. et al. Educação em saúde para mulheres no climatério: impactos na qualidade de vida. **Reprodução & Climatério**, v. 31, n. 1, p. 37-43, 2016. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S141320871600008X>. Acesso em: 06 jun 2019.

GARDIN, N. E. Envelhecimento: combatê-lo ou compreendê-lo? O climatério como exemplo. **Arte med. ampl**, v. 37, n. 1, p. 19-23, 2017. Disponível em: <http://abmanacional.com.br/wp-content/uploads/2017/07/37-1-Envelhecimento.pdf>. Acesso em: 20 mai 2019.

MARIN, M. J. S.; PANES, V. C. B. **Envelhecimento da população e as políticas públicas de saúde**, 2015. Disponível em: <http://www2.marilia.unesp.br/revistas/index.php/RIPPMAR/article/view/5641> Acesso em 25 mai 2019.

MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C. de C. P.; GALVAO, C. M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto & Contexto Enfermagem**, v. 17, n. 4, p. 758-764, 2008. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/714/71411240017.pdf>. Acesso em: 20 mai 2019.

PIECHA, V. H. et al. Women's insights about the climacteric period. **Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online**, v. 10, n. 4, p. 906-912, 2018. Disponível em: <http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/6259/pdf>. Acesso em: 20 mai 2019.

ROCHA, B. M. A. et al. Abordagem sobre as alterações psicofísicas do climatério e menopausa: representações e significados na saúde da mulher. **Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online**, v. 10, n. Especial, p. 140-141, 2018. Disponível em: <http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/download/7624/6608>. Acesso em: 20 mai 2019.

SILVA, R. T. et al. Correlation of menopausal symptoms and quality of life with physical performance in middle-aged women. **Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia**, v. 38, n. 6, p. 266-272, 2016. Disponível em: <https://www.thieme-connect.com/products/ejournals/html/10.1055/s-0036-1584238>. Acesso em: 20 mai 2019.

SOARES, C. B. et al. Revisão integrativa: conceitos e métodos utilizados na enfermagem. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 48, n. 2, p. 335-345, 2014. Disponível em: <http://www.periodicos.usp.br/reeusp/article/view/84097>. Acesso em: 20 mai 2019.

SOARES, G. R. de S. et al. O conhecimento produzido acerca de climatério, família e envelhecimento. **Revista Enfermagem UERJ**, v. 26, p. 32588, 2018. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/enfermagemuerj/article/view/32588/26838>. Acesso em: 20 mai 2019.

SOUZA, S. S. de et al. Mulher e climatério: concepções de usuárias de uma unidade básica de saúde. **Reprodução & Climatério**, v. 32, n. 2, p. 85-89, 2017. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S141320871730002X>. Acesso em: 20 mai 2019.

STAKE, R. E. **Pesquisa qualitativa: estudando como as coisas funcionam**. Penso Editora, 2016.

XAVIER, P. F. P.; TRINDADE, A. P. N. T. da. Avaliação do risco de queda e equilíbrio em mulheres no climatério. **Revista Kairós: Gerontologia**, v. 21, n. 2, p. 155-170, 2018. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/kairos/article/view/40869/27572>. Acesso em: 20 mai 2019.