



**UNICEPLAC**

**Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos - UNICEPLAC**

**Curso de Enfermagem**

**Trabalho de Conclusão de Curso**

## **Fatores que Influenciam a Depressão no Período do Climatério**

Gama-DF

2019



**UNICEPLAC**

Marilene dos Santos Silva  
Maura Rosana Alves da Silva

## **Fatores que Influenciam a Depressão no Período do Climatério**

Artigo apresentado como requisito para conclusão do curso de Bacharelado em Enfermagem pelo Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – Uniceplac.

Orientadora: Prof(a) Ms. Lídia Câmara Peres - Mestre em gerontologia, especialista em obstetrícia.

Brasília-DF

2019



**UNICEPLAC**

Marilene dos Santos Silva  
Maura Rosana Alves da Silva

**Fatores que Influenciam a Depressão no Período do Climatério**

Artigo apresentado como requisito para conclusão do curso de Bacharelado em Enfermagem pelo Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – Uniceplac.

Gama, 19 de Junho de 2019.

**Banca Examinadora**

---

Prof(a). Ms. Lídia Câmara Peres  
Orientador

---

Prof(a). Ms. Angelita Giovana Caldeira  
Examinador

---

Prof(a). Ms. Elisângela de Andrade Aoyama  
Examinador



UNICEPLAC

## Fatores que Influenciam a Depressão no Período do Climatério

Marilene dos Santos Silva <sup>1</sup>

Maura Rosana Alves da Silva <sup>2</sup>

### Resumo:

No período do climatério as mulheres apresentam fatores de risco significativos, aumentando a predisposição para ocorrência de sintomas depressivos e depressão, desse modo, faz-se necessário analisar o índice de depressão no período do climatério. Sendo assim este estudo objetivou analisar, por meio de revisão integrativa os fatores que influenciam a depressão no período do climatério, visando observar as modificações mais frequentes que interferem na qualidade da vida da mulher. O estudo trata-se de uma revisão integrativa, com abordagens qualitativa, baseado em artigos já publicados, nas bases de dados (*Lilacs, Scielo*), para maior compreensão do tema utilizou-se o protocolo da atenção básica da saúde da mulher do Ministério da Saúde (MS). A discussão dos resultados foi organizada em 5 subtemas: depressão, climatério, perimenopausa menopausa e pós menopausa. Conclui-se que é e de extrema importância analisar os fatores que influenciam a depressão no período de climatério.

**Palavras-chave:** Depressão; Climatério; Perimenopausa; Menopausa; Pós Menopausa

### Abstract:

In the climacteric period, women present significant risk factors, increasing the predisposition for the occurrence of depressive symptoms and depression, thus, it is necessary to analyze the index of depression during the climacteric period. Thus, this study aimed to analyze, through an integrative review, the factors that influence depression in the climacteric period, aiming to observe the most frequent modifications that interfere in the quality of life of women. The study is an integrative review, with qualitative approaches, based on already published articles, in the databases (*Lilacs, Scielo*). To better understand the theme, the protocol of basic health care for women of the Ministry of Health Health (MS). The discussion of the results was organized into 5 subtopics: depression, climacteric, perimenopause, menopause and postmenopausal. It is concluded that it is extremely important to analyze the factors that influence depression during the climacteric period.

**Keywords:** Depression; Climacteric; Perimenopause; Menopause; Post Menopause

---

<sup>1</sup>Graduanda do Curso de Enfermagem, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – Uniceplac. E-mail: [marileneenfdf@gmail.com](mailto:marileneenfdf@gmail.com).

<sup>2</sup> Graduanda do Curso de Enfermagem, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – Uniceplac. E-mail: [maura.silva.enf@gmail.com](mailto:maura.silva.enf@gmail.com).

## INTRODUÇÃO

Segundo Alves et al. (2015) o período do climatério é uma fase biológica do ciclo vital feminino que tem início normalmente por volta dos 40 anos de idade, podendo se estender até aos 65. É determinado pela baixa de produção dos hormônios estrogênio e progesterona pelos ovários. Muitas mulheres passam pelo climatério sem queixas, mas outras podem apresentar queixas diversificadas e com intensidades diferentes.

Segundo o Ministério da Saúde (2016) as principais manifestações que levam as mulheres a procurar o serviço de saúde são: Ondas de calor (fogachos), sudorese, calafrios, palpitações, cefaleia, tonturas, parestesias, insônia, perda da memória e fadiga, diminuição da autoestima, irritabilidade, labilidade afetiva, sintomas depressivos, dificuldade de concentração e memória, dificuldades sexuais e insônia, mucosa mais delgada, propiciando prolapsos genitais, ressecamento e sangramento vaginal, dispareunia, disúria, aumento da frequência e urgência miccional. (BRASIL, 2016).

O climatério nem sempre está associado às alterações físicas e emocionais comuns que ocorrem neste período, mas quando surge é caracterizado como síndrome do climatério. Os sintomas do climatério sofrem influência de inúmeros fatores de ordem biológica (ligados à queda dos níveis de estrógenos ou em decorrência da senilidade), aspectos psicológicos (envolvendo a autopercepção da mulher, ou seja, como essa mulher enfrenta esse momento da sua vida) e aspectos sociais (relacionados à interação da mulher com os familiares, amigos e comunidade). O marco da fase de climatério é a menopausa, que é o final do ciclo menstrual, que se reconhece somente após doze meses da sua ocorrência e acontece em média entre 40 e 65 anos de idade (ALVES et al., 2015).

A mulher que tem uma percepção mais negativa da menopausa tende a apresentar tanto uma piora na qualidade de vida, como sintomas mais severos do climatério, podendo citar quadros depressivos (PERSEGUIM et al., 2011).

Os critérios mínimos para o diagnóstico de episódio depressivo envolvem dois dos três sintomas principais (humor deprimido, perda de interesse ou prazer e energia reduzida), podendo ser acompanhado de outros sintomas citados a seguir: concentração e atenção assim como auto-estima e autoconfiança reduzidas, aliadas à interferência funcional ou social. O humor depressivo varia pouco de dia para dia ou segundo as circunstâncias e pode vir associado aos sintomas ditos "somáticos", a exemplo de perda de interesse ou prazer, despertar matinal precoce (várias horas antes da hora habitual de despertar), agravamento matinal da depressão, lentidão psicomotora importante, agitação,

perda de apetite, perda de peso e perda da libido. (PERSEGUIM et al., 2011).

O objetivo deste trabalho é descrever os fatores que podem influenciar a depressão no período do climatério, ou seja, as influências psicológicas, físicas e sociais causadas pelo período do climatério na vida da mulher.

## **METODOLOGIA**

O presente estudo se trata de uma revisão teórica, de natureza qualitativa, realizada através de um levantamento de dados, de artigos já elaborados. Foi realizada uma pesquisa na base de dados da *Scientific Electronic Library Online (SciELO)*, Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (*Lilacs*), Ministério da Saúde - MS, Organização Mundial da Saúde (OMS), a fim de melhor compreender o tema proposto.

A busca dos artigos incluídos na revisão foi realizada em importantes bases de dados nacionais, sendo: *Lilacs*, *SciELO* e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). O tempo de busca foi de março a junho de 2019. Os critérios de inclusão foram definidos com base nos objetivos, sendo incluídos apenas artigos recentes, publicados nos últimos 13 anos (entre 2007 a 2019), em língua portuguesa, estudos originais, disponíveis na íntegra e gratuitamente em meio eletrônico. Os trabalhos que não atenderam esses critérios foram excluídos do estudo. Após o levantamento das publicações, 41 trabalhos foram selecionados inicialmente, lidos e analisados. Segundo os critérios de inclusão/exclusão estabelecidos, 20 pesquisas foram elegidas, lidas na íntegra e analisadas em profundidade. Posteriormente, procedeu-se sua sistematização, de modo a dar visibilidade às principais características de cada produção (autor, título, objetivo, metodologia e resultados), mantendo-se a autenticidade das ideias, conceito e definições dos autores.

O levantamento bibliográfico foi realizado utilizando mecanismos de buscas da *internet* onde foram selecionadas 41 publicações relacionadas ao tema nos últimos 13 anos e, após minuciosa triagem respeitando os critérios de inclusão e exclusão, foram destacados 20 estudos, para exploração do tema proposto. Ao final, a partir da análise, selecionou-se 19 trabalhos para a exploração do tema.

## **RESULTADOS E DISCUSSÕES**

Conforme exposto na introdução, a fase do climatério apresenta na vida da mulher

modificações hormonais significativas, induzindo a predisposição para a ocorrência de depressão, tornando-se de suma importância a abordagem do tema.

Após a seleção dos artigos, iniciou-se uma análise que serviu de base para a composição da Tabela 1, na disposição de eixos temáticos, divididos em três temas. Diante do exposto, o eixo temático 1 descreve a relação entre climatério e depressão. O eixo temático 2 descreve a relação do climatério e as modificações na vida da mulher. Por fim, o eixo temático 3, contempla o papel do profissional de enfermagem no enfrentamento ao período do climatério.

**Tabela - 1:** Artigos levantados nas bases de dados LILACS e SCIELO sobre Climatério

<b>Eixo temático</b>	<b>Título</b>	<b>Autor</b>	<b>Ano</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Resultados</b>
<b>Eixo temático 1 Climatério e Depressão</b>	Avaliação da sintomatologia depressiva de mulheres no climatério com a escala de rastreamento populacional para depressão CES-D	FERNANDES e ROZENTHAL	2008	O objetivo deste estudo foi avaliar a sintomatologia depressiva em mulheres climatéricas com a escala de depressão CES-D (Center for Epidemiological Studies Depression Scale), do National Institute of Mental Health (EUA).	A média de pontuação da amostra foi de 9,2 pontos (desvio padrão = 9,0). Os itens mais pontuados da escala foram relativos à insônia, tristeza e desânimo. Não houve associação significativa entre os escores e o período climatérico, características sociodemográficas, clínicas ou ginecológicas, exceto para as mulheres com presença de sintomas psíquicos, histórico depressivo pregresso e uso atual de antidepressivos ( $p = 0,000$ ). Entre as 32 mulheres (21%) com pontuação > 15 na CES-D, 72% referiram episódio depressivo pregresso. Dentre as participantes sem histórico depressivo, as perimenopáusicas apresentaram escores > 15 com maior frequência.
<b>Eixo temático 1 Climatério e Depressão</b>	Depressão e ansiedade em mulheres climatéricas: fatores associados	POLISSENI et al.	2009	Determinar a prevalência de depressão e ansiedade em mulheres climatéricas e os prováveis fatores responsáveis por sua ocorrência.	Média de prevalência de depressão entre as pacientes avaliadas foi de 36,8% enquanto que da ansiedade foi de 53,7%. Não houve diferença significativa entre a prevalência de depressão e ansiedade e as três fases do

<b>Eixo temático</b>	<b>Título</b>	<b>Autor</b>	<b>Ano</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Resultados</b>
					climatério. Observou-se relação significativa entre a presença de sintomas climatéricos de intensidade moderada e o aparecimento dessas alterações do humor ( $p < 0,001$ ). A depressão foi mais frequente em mulheres portadoras de ansiedade (OR=4,2) e insônia (OR=4,9) sendo a atividade remunerada considerada fator de proteção (OR=0,2). Os fatores de risco relacionados à ansiedade foram a presença de depressão (OR=6,1) e os antecedentes de tensão pré-menstrual (OR=7,0).
<b>Eixo temático 1 Climatério e Depressão</b>	Climaterio, salud y depresión, un abordaje psicossocial: Estudio exploratorio en un grupo de mujeres de la Ciudad de México	REAL et al.	2017	O objetivo do estudo foi avaliar a saúde no climatério e nas manifestações depressivas.	Foram relatados: cansaço físico e mental, insônia, dores musculares, irritabilidade, ondas de calor e sintomas de depressão.
<b>Eixo temático 1 Climatério e Depressão</b>	Associação entre a depressão e fatores clínicos em mulheres climatéricas	ARRUDA et al.	2017	Analisar a associação entre a depressão e os fatores clínicos em mulheres climatéricas da cidade de Montes Claros, MG.	Conclui-se que a prevalência da depressão no climatério é significativa estando relacionada à intensidade dos sintomas climatéricos, especialmente com os distúrbios da qualidade do sono e com a ansiedade.
<b>Eixo temático 1 Climatério e Depressão</b>	Fatores de risco para a depressão em mulheres no climatério	ROCHA	2017	Definir fatores responsáveis pelos sintomas depressivos em mulheres no período de climatério, com pacientes do Ambulatório de Climatério da Ginecologia no Hospital	Com o número de sujeitos abordado nesse estudo observou-se uma presença significativa de sintomas depressivos e transtorno de depressão maior na população estudada, é possível ver a influência na predisposição da patologia no estado civil, classe econômica,



<b>Eixo temático</b>	<b>Título</b>	<b>Autor</b>	<b>Ano</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Resultados</b>
				Universitário de Brasília – HUB, localizado em Brasília, Distrito Federal.	atividade profissional e física, histórico familiar abordando a genética e luto, sono e história progressa.
<b>Eixo temático 2 Climatério e as Modificações na vida da mulher</b>	Qualidade de vida no climatério: uma revisão sistemática da literatura	MORAES; SCHNEID	2015	Identificar a interferência do climatério na qualidade de vida da mulher.	Esta pesquisa revela que a sintomatologia do climatério é bastante diversa. A intensidade dos sintomas dependerá da forma como a mulher irá vivenciar essa fase de transformações e do seu estilo de vida prévio. As alterações hormonais presentes nesse período causam grande desconforto causando mudanças no humor como ansiedade e depressão além de fadiga, que podem reduzir a sua capacidade produtiva.
<b>Eixo temático 2 Climatério e as Modificações na vida da mulher</b>	Saúde de mulheres no climatério em sistema prisional	SANTOS et al.	2017	Objetivou identificar sinais, sintomas e problemas que afetam a saúde, nos relatos de mulheres que passam pelo período do climatério, quando se encontram privadas de liberdade.	As mulheres privadas de liberdade, ao passarem pelo período do climatério, lidam com os sintomas e os problemas que afetam a saúde no dia a dia de confinamento, convivendo com barreiras diárias e imposições institucionais. ao serem questionadas sobre como vivenciam esse período, pode-se observar como esse grupo vulnerável feminino reconhece as dificuldades vivenciadas durante o climatério, sobretudo quando sobrepostas a situações próprias da privação de liberdade. a maioria das entrevistadas referiu passar pelo período do climatério de maneira desconfortável e/ou naturalizada..
<b>Eixo temático 2 Climatério e as Modificações</b>	Intensidade da sintomatologia climatérica em mulheres pós-	SANTOS et al.	2017	Avaliar as características e a intensidade da sintomatologia	36,8% das mulheres apresentaram sintomatologia climatérica leve, 56,3%

<b>Eixo temático</b>	<b>Título</b>	<b>Autor</b>	<b>Ano</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Resultados</b>
<b>na vida da mulher</b>	menopausa			climatérica em mulheres pós-menopausa.	moderada e 6,9% severa. Em ordem decrescente fogachos, irritabilidade e distúrbios do sono alcançaram os maiores índices de intensidade
<b>Eixo temático 2 Climatério e as Modificações na vida da mulher</b>	Epidemiologia da menopausa e dos sintomas climatéricos em mulheres de uma região metropolitana no sudeste do Brasil: inquérito populacional domiciliar	LUI FILHO et al.	2015	Avaliar a idade da menopausa e os fatores associados aos sintomas menopausais em mulheres de uma região metropolitana do sudeste do Brasil.	A intensidade dos sintomas menopausais está relacionada a um amplo conjunto de fatores. Entender e controlar estes fatores pode auxiliar na redução dos sintomas menopausais, além de fornecer dados para definir grupos que necessitam maior atenção por parte dos serviços de saúde.
<b>Eixo temático 2 Climatério e as Modificações na vida da mulher</b>	Climatério: a intensidade dos sintomas e o desempenho Sexual	ALVES et al.	2015	O presente estudo objetivou verificar a associação entre a intensidade dos sintomas no climatério e o padrão de desempenho sexual de mulheres neste período do ciclo vital.	As mulheres com padrão de desempenho sexual bom/excelente, em sua maioria, referiram apresentar sintomas leves na escala menopausal, e as que apresentaram um padrão ruim/desfavorável, tinham altos percentuais de manifestações moderadas e intensas. Os sintomas de intensidade leve estiveram associados a um melhor padrão de desempenho sexual, presumindo-se que alterações neste padrão tem forte relação com a intensidade dos sintomas.
<b>Eixo temático 3 Atuação do profissional de enfermagem no climatério</b>	O papel do enfermeiro nos cuidados de enfermagem com mulheres no período climatérico	ANDRADE et al.	2018	O papel dos enfermeiros no período do climatério	Essa pesquisa possibilitou identificar as práticas de cuidados relacionadas à saúde da mulher no período do climatério onde o enfermeiro tem a função de gerenciar o cuidado como educador e orientar através de

Eixo temático	Título	Autor	Ano	Objetivo	Resultados
					informações baseadas nos sinais e sintomas relatados pelas mesmas. Entende-se que o enfermeiro deve desenvolver esse trabalho

Fonte: Dados da pesquisa (2008 a 2018)

Na tabela, as disposições das informações dos artigos estão relacionadas conforme o eixo temático, título, autor, o ano de publicação, os objetivos e a síntese de resultados.

No eixo temático 1, tornou-se evidente nos cinco artigos analisados que a incidência da depressão é crescente, tem representando um problema para a saúde pública.

A prevalência da depressão em mulheres climatéricas é um fator de grande significância, podendo afetar tanto a saúde física quanto mental dessas mulheres. Desse modo, a depressão é capaz de interferir no nível de ansiedade, alterar o ganho de peso, além de predispor distúrbios do sono nas mulheres afetadas (ARRUDA et al., 2017).

De acordo com os artigos propostos é muito difícil detectar associações significativas entre o período do climatério com a depressão, em sua grande parte devido ao desconhecimento por parte da mulher.

No eixo temático 2 fica claro que o período do climatério trás modificações significativas na vida da mulher, no âmbito pessoal, social e psicológico.

O eixo temático 3, revelou que é necessário que todas as pacientes sejam orientadas e conscientizadas a respeito da importância de procurar ajuda médica.

## 1. Climatério e Depressão

Tendo como referência a menopausa, segundo Fernandes et al. (2011), pode-se fragmentar o climatério em três períodos: pré-menopausa, perimenopausa e pós-menopausa.

De acordo com Silva (2009) a pré-menopausa se inicia de 35 a 45 anos, e esta fase é marcada pela ocorrência da hemorragia uterina disfuncional e síndrome da tensão pré-menstrual. Neste período a modificação mais notável é endócrina com a elevação gradual dos níveis séricos do hormônio folículo estimulante (FSH).

A perimenopausa se caracteriza também pela elevação do FSH, só que de forma mais intensa, neste período iniciam-se os primeiros indícios da menopausa com a alteração dos ciclos menstruais, que podem ser mais curtos ou mais longos. Nesta fase, a presença da deficiência estrogênica, pode em alguns casos, acarretar os sintomas típicos do período, como os fogachos, os transtornos de humor e os distúrbios do sono. (FERNANDES et al., 2011)

Após a ocorrência da última menstruação, ocorre a pós-menopausa, que em geral, se caracteriza pela exacerbação dos sintomas decorrentes do hipoestrogenismo. Neste período os níveis de FSH estão muito elevados e os níveis plasmáticos estrogênicos estão persistentemente baixos (SOARES et al., 2012).

As manifestações clínicas podem ser divididas de acordo com Santos et al. (2007), em: neurogênicas, psicogênicas, metabólicas (metabolismo ósseo e lipídico), mamárias, urogenitais, e do sistema tegumentar.

As chamadas neurogênicas mais comuns são: fogacho diurno e noturno, sudorese, calafrios, palpitações, cefaleia, tonturas, parestesia, insônia, perda de memória e fadiga.

Os sintomas psicológicos podem interferir nos relacionamentos sociais das mulheres. Os principais, descritos por Fernandes et al. (2011) são: ansiedade, irritabilidade, choro imotivado, redução da libido, dificuldade de concentração e redução da memória.

Em algumas mulheres podem surgir modificações mamárias que tornam as mamas atroficas, flácidas e diminuem o volume substituindo o parênquima por tecido adiposo, fator que pode levar ao quadro depressivo (SANTOS, 2007).

Segundo o *Center for Epidemiological Scale-Depression (CES-D)* todos ocasionalmente se sentem tristes, mas esses sentimentos geralmente são passageiros e passam dentro de algumas horas ou alguns dias. Quando as pessoas têm um transtorno depressivo, elas se sentem muito tristes por um longo tempo e não conseguem se livrar desse sentimento. Eles também costumam ter problemas com o sono, problemas com o apetite, se sentem cansados a maior parte do tempo e têm problemas para se concentrar.

A associação entre o climatério e instalação da depressão continua sendo foco de controvérsias. A confusão reflete o aparecimento de diversas teorias que tem estimulado várias pesquisas nesse campo. Uma delas aponta as flutuações hormonais como responsáveis pelas alterações do humor. Dessa feita, a perimenopausa, caracterizada pelas irregularidades menstruais associadas ou não aos sintomas climatéricos, é um período de maior vulnerabilidade para os transtornos psíquicos. Alguns autores acreditam que a

perimenopausa esteja fortemente associada ao aparecimento de sintomas de depressão, em mulheres sem história prévia de doença mental, quando presentes outros fatores de riscos, bem como elevado índice de massa corpórea, antecedentes de Síndrome de Tensão Pré-Menstrual (TPM), ondas de calor, distúrbios do sono, desemprego e vínculos conjugais. A partir de uma perspectiva psicossocial, alguns pesquisadores argumentam que a depressão no climatério não ocorre devido às flutuações hormonais, mas devido às mudanças no meio familiar (separação, síndrome do ninho vazio, doença ou morte de familiares, diminuição de renda) (POLISSENI et al., 2009).

Foi realizado um estudo transversal com 151 mulheres entre 40 e 65 anos de idade, usuárias de serviço de ginecologia geral em unidade de atenção básica à saúde do Rio de Janeiro. Aplicou-se a escala CES-D e um questionário estruturado para a obtenção de dados sócio demográficos, clínicos e ginecológicos. O nível de corte > 15 pontos na CES-D foi considerado como indicativo de quadro depressivo. (FERNANDES e ROZENTHAL, 2008)

A escala de depressão CES-D foi aplicada pela pesquisadora a todas as participantes da pesquisa. Ela é composta por 20 itens que questionam sintomas depressivos nos últimos 7 dias anteriores à entrevista. Cada resposta admite quatro gradações crescentes de intensidade (nunca ou raramente, às vezes, freqüentemente e sempre) e pontuações correspondentes (0, 1, 2 e 3). O escore final varia de 0 a 60 pontos e corresponde à soma da pontuação de todas as respostas. Os itens da CES-D incluem questões relativas ao humor, sintomas psicossomáticos, sintomas ligados às interações sociais e sintomas relacionados à iniciativa motora. Utilizamos a pontuação > 15 pontos na escala como nível de corte que indicaria a presença de sintomas depressivos significativo. O estudo revelou uma pontuação média de 9,2 pontos (DP = 9,0) na escala de depressão CES-D entre mulheres climatéricas. Não foram detectadas associações significativas entre o escore obtido na escala e o período climatério em que a participante se encontrava na pré-menopausa, perimenopausa ou pós-menopausa. (FERNANDES e ROZENTHAL, 2008)

Guerra et al. (2009) realizaram um estudo clínico, prospectivo e transversal, com uma população constituída por 93 mulheres selecionadas dentre 300 mulheres atendidas no Serviço de Climatério do Hospital Universitário da Universidade Federal de Juiz de Fora (HU/UFJF), no período de maio de 2006 a agosto de 2007, selecionadas de acordo com os critérios de inclusão e exclusão e história menstrual de tal forma que fosse possível distribuí-las equitativamente nas três fases do climatério. Foram incluídas no

estudo mulheres na faixa etária dos 40 aos 65 anos e que concordaram em participar do projeto. Com este estudo, observou-se que não houve diferença significativa entre a ocorrência de depressão e ansiedade nas três fases do climatério. A depressão foi mais frequente em mulheres portadoras de ansiedade e insônia, sendo a atividade remunerada considerada fator de proteção. Os fatores de risco relacionados à ansiedade foram a presença de depressão e os antecedentes de tensão pré-menstrual. Observou-se relação significativa entre a presença de sintomas climatéricos de intensidade moderada e o aparecimento das alterações do humor (GUERRA et al., 2009).

Real et al. (2017) realizaram uma pesquisa com 48 mulheres, com idades entre 38 e 59 anos, concluindo que dadas as mudanças hormonais, psíquicas e sociais que o processo vital e especificamente durante o climatério. Com as flutuações na saúde da mulher, eles se tornam particularmente vulneráveis, pelo processo de mudança e adaptação que o corpo enfrenta e gera uma série de sintomas e incertezas diante do medo do que é acontecendo. Deve-se notar que as mulheres participantes relatam ter pouca informação sobre esta fase da vida, razão pela qual é importante fornecer psicoeducação do climatério e fornecer informações adequadas e oportunas que lhes permitam enfrentar esta mudança em melhores condições, antecipar esse evento, tanto com o exercício físico com nutrição adequada, pois são necessárias (REAL et al., 2017).

Rocha (2017) realizou uma pesquisa com 259 pacientes do HUB, por meio de entrevistas e questionários, desse total, 12 pacientes não completaram os questionários. O método proposto ofereceu risco mínimo à saúde dos sujeitos estudados. Foram aplicados dois questionários durante a entrevista: Anamnese, contendo dados sociodemográficos, clínicos e hábitos de vida e o Inventário de Depressão de Beck (BDI). O BDI foi traduzido para o português e validado por Gorenstain e Andrade (1996) e desde então diversos estudantes e profissionais vêm aplicando o questionário com a finalidade de diagnosticar e classificar o quadro depressivo de pacientes. Com o número de sujeitos abordado nesse estudo observou-se uma presença significante de sintomas depressivos e transtorno de depressão maior na população estudada, é possível ver a influência na predisposição da patologia no estado civil, classe econômica, atividade profissional e física, histórico familiar abordando a genética e luto, sono e história pregressa. Os fatores protetivos das entrevistadas foram o não uso de drogas, menor número de gestações e não residir sozinha. A idade, não obteve resultados significativos. As variáveis como a renda mensal, dores, insônia, obesidade e uso abusivo de álcool tiveram um maior valor de significância quando relacionado ao instrumento de pesquisa BDI enfatizando um maior

índice de depressão ligado a essas variáveis.

## **2 Climatério e as modificações na vida da mulher**

Na percepção feminina a alteração da imagem corporal causa transtorno psicológico, à medida que seu corpo muda trazendo consigo uma experiência negativa, principalmente no que diz respeito da sexualidade, diminuição da libido, podendo afetar o equilíbrio emocional e gerar depressão. Considerando a diversidade dos sintomas, vale ressaltar a importância do enfermeiro como profissional da saúde, buscando através da comunicação uma forma de esclarecer a respeito dos tabus, do desconforto e desconhecimento que esse período proporciona a maioria das mulheres. É importante destacar que a intensidade da sintomatologia é diretamente relacionada às suas condições de vida prévias, o meio social em que estão inseridas, a renda familiar e as relações familiares e afetivas, já que essas situações estão vinculadas ao sofrimento psíquico dessa fase. Para vivenciar essa fase com mais facilidade, a mulher utiliza todos os meios que estão ao seu alcance: dieta, exercícios físicos, hormônios, dentre outros. Um estilo de vida saudável aliado a outros fatores pode colaborar para o enfrentamento positivo deste período. (MORAES; SCHNEID 2015).

De acordo com a pesquisa de Santos et al. (2017), realizada com 7(sete) mulheres do sistema prisional, demonstrou que as mulheres privadas de liberdade, ao passarem pelo período do climatério, lidam com os sintomas e os problemas que afetam a saúde no dia a dia de confinamento, convivendo com barreiras diárias e imposições institucionais. A maioria das entrevistadas passa pelo período do climatério de maneira desconfortável, tendo a saúde afetada de algum modo durante a prisão. Assim, o climatério, sobretudo em situações de privação de liberdade, deve ser mais explorado pelas políticas públicas de saúde contribuindo para melhoria das condições de vida desse grupo específico.

A pesquisa sistemática de Santos et al. (2017) composta de 247 mulheres em pós-menopausa, demonstrou que 36,8% das mulheres apresentaram sintomatologia climatérica leve, 56,3% moderada e 6,9% severa. Em ordem decrescente fogachos, irritabilidade e distúrbios do sono alcançaram os maiores índices de intensidade.

A intensidade dos sintomas do climatério pode afetar a sexualidade, a resposta sexual ou o padrão de desempenho sexual da mulher neste período. Além disso, o estudo realizado possibilita ainda levantar a hipótese de que a prática de atividade física pode estar associada à menor intensidade dos sintomas do climatério e maior padrão de

desempenho sexual (ALVES et al., 2015).

### **3 Atuação do profissional de enfermagem no climatério**

As mulheres no período do climatério necessitam da assistência dos profissionais de saúde principalmente onde se refere a planos de cuidados para o alívio dos sintomas que elas apresentam nesse período. O enfermeiro deve estar preparado para detectar essas manifestações minimizando os efeitos através de orientações em conformidade com a realidade de cada mulher, sendo necessário que haja um diálogo que esclareça as dúvidas desse grupo de mulheres, devendo ele estar preparado para proporcionar uma assistência de qualidade visando o contexto emocional, social e individual de cada mulher. O enfermeiro tem o papel importante durante essa etapa, podendo citar orientações que permitem com que a mulher pratique o autocuidado melhorando seu estilo e sua qualidade de vida (ANDRADE et al., 2018)

Torna-se interessante que o enfermeiro e equipe multiprofissional de saúde, no âmbito do sistema prisional, a partir de identificar à fase da vida dessas mulheres, estejam susceptíveis ao exercício de realizar acolhimento, provocar ações de autocuidado, prevenir agravos, tratar doenças e promover saúde; a fim de minimizar situações desconfortáveis e contribuir para melhorar condições de vida dessas mulheres (SANTOS et al., 2017).

### **CONCLUSÃO**

Demonstra-se por meio do presente trabalho, que o sintoma do climatério é na maioria dos casos desconhecidos por parte das pacientes. A desinformação é gerada pela diversidade e intensidade dos sintomas, que não recebe uma ampla divulgação nos meios de comunicação.

Evidenciou que, na maioria dos casos é muito difícil associar o período do climatério com a depressão, apesar que nesse período a predisposição a depressão aumenta, devido as mudanças que o climatério causa na vida da mulher. Pode-se concluir que a atividade física regular minimiza os efeitos dos sintomas, porém o seu nível não tem associação com índices de depressão.

Observou-se que a intensidade dos sintomas é diretamente relacionada às condições de vida prévias, o meio social em que a mulher está inserida, a renda familiar e



as relações familiares e afetivas, já que essas situações estão vinculadas ao sofrimento psíquico dessa fase.

Diante do exposto, vale ressaltar que o climatério é uma temática importante para se incluir nos debates, tanto no meio social quanto no âmbito da saúde, a fim de conscientizar o paciente e o profissional de enfermagem, objetivando esclarecer a respeito desse período, do desconforto e desconhecimento que essa fase gera na maioria das mulheres. Para passar por essa fase com mais tranquilidade, a mulher pode utilizar todos os meios que estão ao seu alcance, ou seja, dieta, exercícios físicos, hormônios. etc.

A maior compreensão dessa fase por parte da mulher associada a uma orientação e suporte adequado pelo profissional de saúde é o caminho a ser seguido na temática proposta.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ALVES, Estela Rodrigues Paiva *et al.* **Climatério**: a intensidade dos sintomas e o desempenho sexual, Florianópolis, p. 64-71, 24 mar. 2015. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/0104-07072015000590014>. Acesso em: 17 abr. 2019.
- ANDRADE, Daniele Barbosa da Silva *et al.* O papel do enfermeiro nos cuidados de enfermagem com mulheres no período climatérico. **Rev. Cient. Sena Aires**, p. 18-22., 24 mar. 2018.
- ARRUDA, Felipe Santos, *et al.* Associação entre a depressão e fatores clínicos em mulheres climatéricas, **REAS, Revista Eletrônica Acervo Saúde**, 2017.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Protocolos da Atenção Básica: Saúde das Mulheres / Ministério da Saúde, Instituto Sírio-Libanês de Ensino e Pesquisa – Brasília: Ministério da Saúde, 2016.
- FERNANDES, César Eduardo *et al.* **Climatério**: Guideline da SBRH. Sociedade Brasileira de Reprodução Humana. São Paulo: Boletim SBRH, 2011.
- FERNANDES, Rita de Cássia Leite Fernandes; ROZENTHAL, Márcia. Avaliação da sintomatologia depressiva de mulheres no climatério com a escala de rastreamento populacional para depressão CES-D. **Rev. Psiquiatr RS.**, Rio de Janeiro(RJ) p. 192-200, 14 ago. 2008.
- LUI FILHO, Jeffrey Frederico *et al.* Epidemiologia da menopausa e dos sintomas climatéricos em mulheres de uma região metropolitana no sudeste do Brasil: inquérito populacional domiciliar. **Rev Bras Ginecol Obstet.**, Campinas (SP), Brasil, p. 152-158, 26 jan. 2015.

- MORAES, Tayla Oliveira Souza; SCHNEID, Juliana Lemos. **Qualidade de vida no climatério:** uma revisão sistemática da literatura, *Amazônia*, p. 01-40, 31 ago. 2015.
- PERSEGUIM, Bruna de Moraes *et al.* A intervenção da fisioterapia na qualidade de vida de mulheres no climatério. **Revista Científica do Unisalesiano**. p. 17-21, 21 out. 2011.
- POLISSENI, Álvaro Fernando *et al.* **Depressão e ansiedade em mulheres climatéricas: fatores associados**, Juiz de Fora/MG, 2009.
- REAL, Guadalupe Alva; JIMÉNEZ, Jorge Luis López; GONZÁLEZ, Clotilde García. **Climaterio, salud y depresión, un abordaje psicosocial:** Estudio exploratorio en un grupo de mujeres de la Ciudad de México, São Paulo (SP), Brasil: FACHS/NEPE/PEPGG/PUC-SP, 2017.
- ROCHA, Lorena Priscila Oliveira. **Fatores de risco para a depressão em mulheres no climatério**. 2017. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharel) -, Brasília, 2017.
- SANTOS, Livia Matavelli *et al.* Síndrome do climatério e qualidade de vida: uma percepção das mulheres nessa fase da vida. **Revista APS**. Espírito Santo, v.10, n.1, p. 20-26, jan. /jun. 2007.
- SANTOS, Rita de Cassia Ferreira *et al.* Saúde de Mulheres no Climatério em Sistema Prisional. **Cogitare Enferm**.Rio de Janeiro, 2017.
- SANTOS, Thaiene Rodrigues dos *et al.* Intensidade da sintomatologia climatérica em mulheres pós-menopausa, **Rev Rene**, p. 225-232, 26 mar. 2017.
- SILVA, Andreia Ramos. **Perfil de saúde de mulheres na pré, peri e pós menopausa cadastradas em uma unidade de saúde pública do Estado do Acre**. Dissertação (Mestrado em Saúde Pública) - Programa de Pós-Graduação, São Paulo, 2009.
- SOARES, Riguete Souza *et al.* O viver de mulheres no climatério: revisão sistemática da literatura. **Revista electrónica trimestral de Enfermería**. Rio de Janeiro, n.25, p. 452-463, jan. 2012.