Faculdades Integradas de Patos
Curso de Medicina
v. 6, 2021, p. 426-535
ISSN: 2448-1394

Journal of Medicine and Health Promotion

CLIMATÉRIO: FATORES INTERFERENTES A SAÚDE DA MULHER

CLIMATE: FACTORS INTERFERENT TO WOMEN'S HEALTH

Géssica Nayara da Silva Xavier
Centro Universitário de Patos – UNIFIP – Patos – Paraíba - Brasil
gessicaxavier@enfer.fiponline.edu.br

Erta Soraya Ribeiro César Rodrigues
Centro Universitário de Patos – UNIFIP – Patos – Paraíba - Brasil
ertasoraya@gmail.com

Mona Lisa Lopes dos Santos Caldas
Centro Universitário de Patos – UNIFIP – Patos – Paraíba - Brasil
monalisalopes13@gmail.com

Kamila Nethielly Souza Leite
Faculdade Vale do Pajeú – FVP – São José do Egito – Pernambuco – Brasil
ka_mila.n@hotmail.com

RESUMO
Introdução: O climatério é uma etapa da vida da mulher caracterizado pela diminuição da produção dos hormônios estrogênio e progesterona que são responsáveis pela reprodução sexual. Sendo a menopausa o marco desta fase, que compreende ao último ciclo menstrual, somente reconhecida depois de passados doze meses desta fase.
Objetivo: Avaliar os fatores que influenciam na saúde da mulher durante o climatério.
Metodologia: Trata-se de uma pesquisa de revisão integrativa. Na construção deste estudo foram pesquisados artigos científicos, publicados em 2015, 2017, 2018, 2019 e 2020, pesquisados na base de dados SCIELO, LILACS e MEDLINE. Os artigos foram avaliados de forma independente pelo pesquisador. Os critérios de inclusão foram: texto na íntegra, artigos completos, publicações em português, publicados nos últimos cinco anos, de acesso livre e gratuito.
Resultados: Foi possível observar que as mulheres quando têm o conhecimento sobre essa fase vivenciam esse período com maior leveza e tranquilidade.
Conclusão: Os fatores que mais interferem a saúde da mulher no climatério são a depressão, ansiedade, irritabilidade, secura vaginal, osteoporose, obesidade, artralgia, os sintomas vasomotores (fogachos), incontinência urinária, sudorese intensa, afetando assim, a qualidade do sono.

Palavras-Chave: Climatério. Saúde da Mulher. Fatores Interferentes. Hormônios

ABSTRACT
Introduction: The climacteric is a stage of woman's life featured by decreased production of estrogen and progesterone, these hormones are responsible for sexual reproduction. Menopause is a mark of this phase that comprehend the last menstrual cycle, only recognized after twelve months of this stage. The goal of the study is to evaluate the influential factors in women's health during climacteric.

Methodology: It is an integrative review research. In the construction of this study were surveyed scientific articles, published in 2015, 2017, 2018, 2019, 2020, searched in the database of SCIELO, LILACS and MEDLINE. The articles were evaluated independently by the researcher. The criteria of inclusion were: full text, complete articles, publications in Portuguese, published in the last five years of free access.
Results: It was possible observe that when women have the knowleged about this stage, they experience this phase with a feeling of weightlessness and tranquility.
Conclusion: The factors that most interfere the women's health in climacteric are depression, ansiety, irritability, vaginal dryness, osteoporosis, obesity, arthralgia, the motor symptoms (hot flushes), urinary incontinence, intense sweating, affecting the quality of sleep.

Keywords: Climacteric. Women's Health. Interfering Factors. Hormones.

1. Introdução

O climatério é uma etapa da vida da mulher caracterizado pela diminuição da produção dos hormônios estrogênio e progesterona que são responsáveis pela reprodução sexual. Entretanto, a menopausa é o marco desse período, que é caracterizado pelo último ciclo menstrual, ou seja, a mulher só se encontra na menopausa quando passa doze meses consecutivos sem menstruar. Geralmente ocorre entre 40 a 65 anos e é fisiologicamente normal, podendo ocorrer alterações emocionais, sexuais, psicossociais e familiar, que podem afetar diretamente a vida social da mulher [1].

O climatério é umas das fases da vida da mulher popularmente mais conhecida, não se trata de uma patologia ou disfunção, mais é de suma importância entendermos as mudanças e suas consequências de variados tipos na vida da mulher. Muitas mulheres passam por esse período em um ritmo acelerado que importuna nas mulheres certa preocupação sobre o que lhe está acontecendo, provocando anseio sobre esta fase vivenciada. É importante que as mulheres tenham informações acerca da sintomatologia nesse período, para que ela possa passar por essa fase com segurança e sem preocupações [2].

É de suma importância que as mulheres entendam a fase que estão vivenciando, e que seja de conhecimento da mesma que o climatério não é um processo de adoecimento, mais sim um ciclo vital da vida da mulher, e é função da equipe multidisciplinar da saúde oferecer a essas mulheres um atendimento qualificado e esclarecedor sobre esta fase da vida [3].

As mulheres que apresentam a síndrome climatérica têm uma necessidade maior de assistência qualificada e integrada através dos profissionais, com o intuito de sessar os problemas vivenciados durante essa fase e esclarecer dúvidas sobre a temática em questão, buscando amenizar os anseios e medos sobre sua sintomatologia e mudanças comportamentais que afetam diretamente a mulher em seu âmbito social. A assistência do profissional frente a essas mulheres devem ser preventivas, buscando promover a

promoção do autoconhecimento por parte das usuárias do sistema único de saúde, considerando a importância de superar todas as mudanças ocorridas em sua vida [4].

Durante o climatério, entre 60 a 80% das mulheres apresentam fatores que interferem a sua saúde, sendo a maioria envolvendo o estado de diminuição do estrogênio que ocorre por causa da queda da função ovariana, surgindo assim, sintomas como a irregularidade menstrual, o aparecimento da tensão pré-mentrual e cólicas, outras consequências que também circundam esse período são a palpitações, cansaço, tonturas, cefaléia, dores articulares, episódios de insônia, ansiedade, irritabilidade e depressão, incontinência urinária, dispaurenia, secura vaginal e as ondas de calor "fogachos" ocorrendo frequentemente [5].

Segundo [6], a assistência à mulher que vivencia o período climatérico necessita-se de uma atenção integral. Porém, no dia a dia, essas ações não são realizadas. Ressalta-se também a escassez de estudos nesta área o que remete a importância de enfocar melhor a questão relacionada ao climatério, pois, torna-se necessário a identificação dos problemas vivenciados no período do climatério para que os mesmos sejam amenizados.

As afirmativas acima confirmam a necessidade de explorar o processo de viver essa fase do climatério e especificamente, nas mulheres do Brasil. É preciso compreender este momento como uma etapa de vida. Contudo, há uma preocupação, pois é notório que o foco ainda seja no ciclo gravídico-puerperal, sendo este, compreendendo um período menor de tempo comparado ao climatério, e algumas vezes não ofertando o cuidado necessário para aquela mulher. As políticas de saúde da mulher não apresentam uma assistência adequada na fase do climatério, fazendo com que a mulher se sinta mais vulnerável diante das mudanças biopsicossociais que ocorrem nesse período.

Acredita-se que os resultados desse estudo bibliográfico podem contribuir para um maior conhecimento acerca da saúde da mulher neste período que ela se encontra mais sensível e vulnerável e necessitando de assistência adequada com políticas públicas de saúde efetivas para ajudá-las a viver essa fase com mais tranquilidade.

Diante do exposto surge como questão norteadora: quais os principais fatores que interferem na saúde da mulher durante o climatério? Observa-se que, a maioria da população brasileira é composta de mulheres e está predisposta a vivenciar esta fase. Suscita-se a condição de visualizar os fatores que interferem na saúde da mulher no climatério de uma forma holística, não apenas aos seus aspectos clínicos.

2. Metodologia

Trata-se de um estudo do tipo revisão integrativa. Tendo como fonte principal de pesquisa uma revisão da literatura. Desta forma a metodologia utilizada baseou-se no método bibliográfico do tipo descritivo.

O presente estudo irá abranger a literatura teórica e empírica, constituída por seis etapas: identificação do problema ou questionamento, estabelecimento de critérios de inclusão/exclusão de artigos (seleção da amostra), definição das informações a serem extraídas dos artigos selecionados, análise das informações, interpretação dos resultados e apresentação da revisão.

Para guiar a presente revisão integrativa, formulou-se a seguinte questão: Quais os fatores que interferem na saúde da mulher durante o climatério? A busca pelos artigos será realizada nas bases de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Medical Literature Analysisand Retrieval Sistem (MEDLINE), Scientific Electronic Library Online (SCIELO) publicados em 2015, 2017, 2018, 2019 e 2020. O levantamento das publicações nas bases de dados ocorreu no mês outubro 2020. Os artigos foram avaliados de forma independente pelo pesquisador. Os critérios de inclusão foram: texto na íntegra, artigos completos, publicações em português, publicados nos últimos cinco anos, de acesso livre e gratuito, com os seguintes descritores: climatério, terapia de reposição hormonal, sexualidade e climatério e efeitos do climatério. Foram excluídos os estudos que não obedeceram aos critérios de inclusão citados acima.

Mediante o auxílio da estratégia PICO (Quadro 1), que diz respeito ao acrônimo das letras referentes as palavras: população (P), intervenção (I), comparação (C) e desfecho (O). Neste presente estudo, não consideramos a letra C, por não se propor ao desenvolvimento de pesquisas clínicas, o que torna indispensável sua utilização[7].

QUADRO 1: Aplicação da estratégia PICO

ACRÔNIMO	DEFINIÇÃO	APLICAÇÃO
P	*Population*	Mulheres climatéricas
I	*Intervention*	Intervenção
C	*Comparation*	Não se aplica
O	*Outcome*	Saúde da mulher

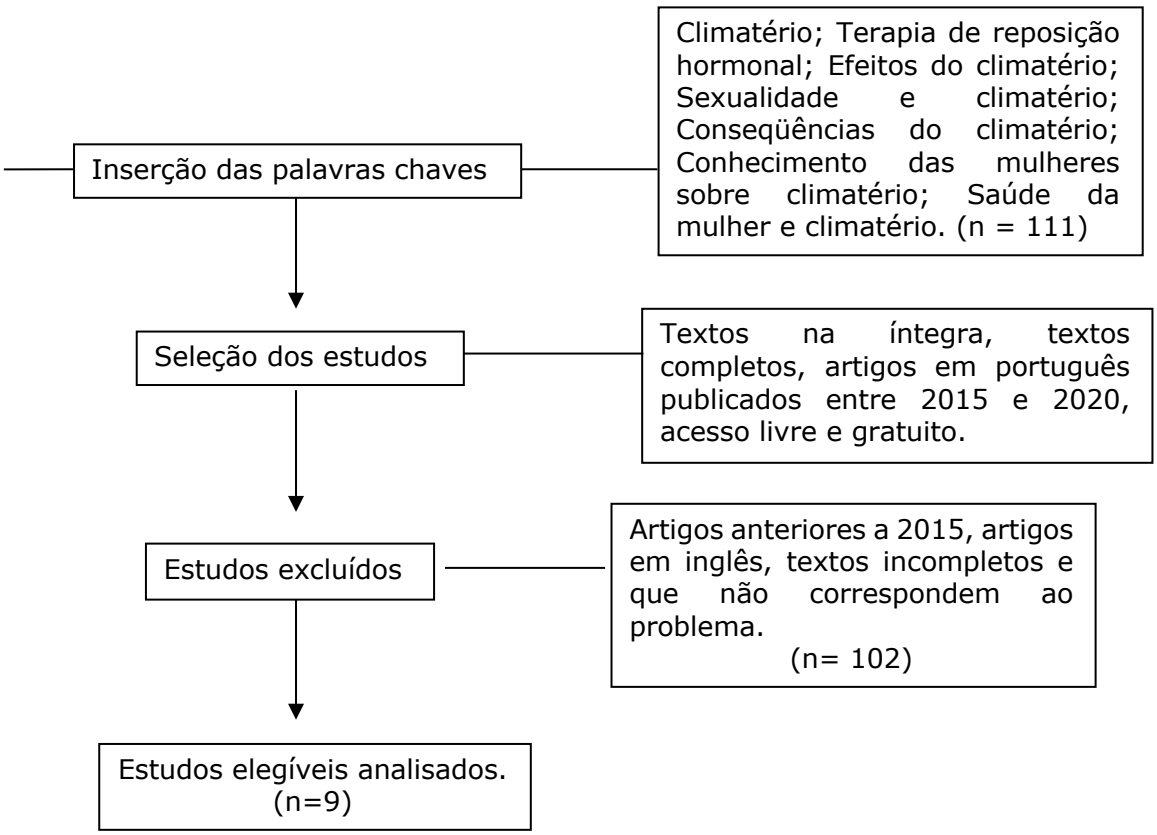
A análise dos dados demandou um trabalho de leitura de todos os artigos. Nas bases de dados foram encontrados um total de cento e onze artigos indexados com as palavras: climatério, terapia de reposição hormonal, sexualidade e climatério, efeitos do climatério, consequências do climatério, conhecimento das mulheres sobre climatério e saúde da mulher e climatério. Após avaliação dos critérios de inclusão restaram nove artigos. Para identificação e discussão identificaram os seguintes pontos: ano, autores, revista, tipo de estudo e título da pesquisa. Na análise dos dados demonstram o processo de seleção dos artigos incluídos na revisão, permitindo quantificá-los de acordo com os descritores utilizados em cada base de dados. Portanto, foi realizada uma análise discursiva apresentando-se os seus resultados da literatura atual, sendo organizados por planilhas

em ordem numérica crescente, no programa Microsoft Excel 2007, de acordo com o ano de publicação, autores, revista, tipo de estudo e título da pesquisa.

Os resultados foram apresentados na forma descritiva, em três etapas. A primeira consistiu da descrição dos dados de identificação das publicações (ano de publicação, autores, revista e título da pesquisa). Na segunda, foram avaliadas as características metodológicas dos estudos, classificando-os de acordo com o delineamento de pesquisa. E, na terceira etapa, foi descrita o objetivo e os resultados do estudo.

A pesquisa ocorreu no mês de outubro de 2020. Mostra-se o fluxograma das etapas metodológicas do estudo.

Figura 1. Fluxograma das etapas metodológicas do estudo (2015-2020).



Fonte: Autoria Própria, 2020.

3. Resultados e Discussões

Conforme descrito na metodologia deste estudo a amostra foi composta por 9 trabalhos, os quais abordaram o tema climatério: fatores interferentes a saúde da mulher.

Quadro2- Caracterização dos artigos revisados quanto ao: Ano, título da pesquisa, objetivo, conclusão e revista, conforme o delineamento da pesquisa (n= 9), 2020.

FONTE: Dados de pesquisa elaborado pela autora (2020).

Ano	Título da pesquisa	Objetivo	Conclusão	Revista
2015	Epidemiologia da menopausa e dos sintomas climatéricos em mulheres de uma região metropolitana no sudeste do Brasil: inquérito populacional domiciliar.	Avaliar a idade da menopausa e os fatores associados aos sintomas menopausais em mulheres de uma região metropolitana do sudeste do Brasil.	Entender e controlar estes fatores pode auxiliar na redução dos sintomas menopausais, fornecendo dados para definir grupos que necessitam maior atenção dos serviços de saúde.	Revista Brasileira de ginecologia e obstetrícia.
2017	Qualidade de vida de mulheres climatéricas.	Analisar a qualidade de vida das mulheres climatéricas.	É visível que o período de climatério causa um grande impacto na vida das mulheres. Sendo a maioria dos sintomas influenciados por fatores modificáveis, contornando-os por meio de mudanças de hábitos.	Revista da Sociedade Brasileira de Clínica Médica.
2017	Envelhecimento: combatê-lo ou compreendê-lo? O climatério como exemplo.	Encontrar uma nova perspectiva para o envelhecimento, pautada pela compreensão da metamorfose das forças vitais do ser humano.	Deixar de menstruar, para muitas mulheres, tem a conotação de adentrar num período de inutilidade, de perda da beleza física do período reprodutivo, trazendo assim uma visão bastante deprimente.	Revista arte médica ampla.
2018	Fatores associados à autopercepção negativa de saúde em mulheres climatéricas.	investigar a prevalência e os fatores associados à autopercepção negativa de saúde em mulheres climatéricas.	É necessária uma maior valorização das sintomatologias desse período, pois elas afetam ainda mais o psicológico da mulher nesta fase.	Ciência & Saúde Coletiva.
2018	O conhecimento produzido acerca de climatério, família e envelhecimento.	Analisar o conhecimento produzido acerca do climatério, família e envelhecimento.	A família é parte integrante deste processo, por isso, a equipe multidisciplinar deve incluí-la no processo de conhecimento das sintomatologias que podem acometer as mulheres no climatério.	Revista enferma-gem UERJ.
2018	Percepções de mulheres acerca do climatério.	Conhecer as percepções de mulheres acerca do climatério.	É preciso implementar medidas que ofereçam a essas mulheres um maior conhecimento e entendimento sobre o climatério, assim, elas vivenciarão este período com mais tranquilidade.	Revista Fun Care Online.
2019	Perda de qualidade de sono e fatores associados as mulheres climatéricas	identificar a prevalência de perda da qualidade do sono em mulheres climatéricas e os fatores associados.	conhecer esses fatores associados ao climatério pode contribuir para o planejamento de ações, programas e políticas voltadas para a promoção da saúde.	Ciência e Saúde Coletiva.
2020	Prevalência e intensidade de sintomas climatéricos Em mulheres com doença arterial coronariana.	Analisar a sintomatologia climatérica em mulheres com doença arterial coronariana.	Considerar a perspectiva dessas mulheres quanto às manifestações climatéricas oferece uma oportunidade para planejar estratégias de promoção da saúde, identificação e detecção precoce de sinais.	Revista Online de Pesquisa.
2020	A influência dos sintomas climatéricos na saúde da mulher.	Descrever a influência dos sintomas climatéricos na qualidade de vida de mulheres nessa fase do ciclo reprodutivo.	Os fogachos, sintomas somáticos, dificuldade de dormir que levam ao estresse receberam destaque aos fatores que mais influenciam nesse período.	Revista Nursing.

O quadro 2 apresenta uma relação dos artigos que compõem a amostra de acordo com o ano, título da pesquisa, objetivo, conclusão e revista. Diante da pesquisa observa-se que os temas centrais são relacionados à saúde, não restringindo nenhuma área

específica. Nota-se também que os artigos estudados são referentes aos anos atuais, embora a temática seja pouco relatada, isso mostra a importância de abranger cada vez mais o assunto.

Levando em consideração a influência do climatério na qualidade de vida das mulheres, é extremamente importante compreender as alterações desencadeadas por este período e seus fatores de risco, que ocorrem devido as diminuição do estrogênio acarretando diversos sinais e sintomas [8]. Desta forma, conhecer os fatores comprometedores da qualidade de vida das mulheres climatéricas é o ponto de partida para a formação de programas e estratégias de promoção à saúde [9] . É importante que as mulheres compreendam a fase que estão vivenciando, pois assim, as manifestações serão menos intensas e menores serão os impactos em suas vidas. Ou seja, sendo bem orientadas sobre o climatério, elas podem vivenciar essa fase de maneira menos sintomática, principalmente em relação aos sintomas psicológicos.

Quadro 3 - Fatores interferentes a saúde da mulher no climatério, classificados de acordo com o delineamento da pesquisa (n=9), 2020.

Autores	Tipo de estudo	Fatores interferentes a saúde da mulher no climatério
Jeffrey Frederico Lui Filho et al.	Pesquisa descritiva exploratória, do tipo corte transversal.	Sintomas vasomotores (fogachos).
Darah Fontes da Silva Assunção et al.	Pesquisa com abordagem quantitativa, do tipo descritivo, transversal.	Falta de ar, fogachos, sudorese intensa, ansiedade e problemas musculares e nas articulações.
Nilo e Gardin.	Pesquisa descritiva.	Fogachos, osteoporose, secura vaginal e diminuição da libido.
Vitor Hipólito Silva et al.	Estudo transversal	Depressão, sobrepeso, obesidade e ansiedade.
Glaucimara Riguete De Souza Soares et al.	Revisão integrativa	Melancolia, cefaléia, artralgia, mialgia, alteração na voz, incontinência urinária e osteoporose.
Verônica Hemann Piecha et al.	Pesquisa descritiva, exploratória e com abordagem qualitativa.	Fogachos, instabilidade emocional, ansiedade, nervosismo, irritabilidade, melancolia, aumento de peso, baixa autoestima, tristeza e depressão.
Agamenon Monteiro et al.	Estudo analítico e transversal.	Comprometimento da qualidade de sono, incontinência urinária, depressão, artrite/artrose/reuma-tismo, fogachos noturnos e ansiedade.
Líscia Divana Carvalho Silva et al.	Revisão narrativa.	Ansiedade, queixas cardíacas, irritabilidade, problemas musculares e nas articulações, falta de ar, sudorese intensa, fogachos, esgotamento físico e mental, problemas de sono, estado de ânimo depressivo, problemas sexuais, incontinência urinária e ressecamento vaginal.
Júlio César Figueiredo Junior et al.	Estudo epidemiológico, quantitativo, descritivo transversal.	Problemas do sono, depressão, ansiedade, irritabilidade, dores nas costas, braços e pernas, cefaléia, formigamento, tontura, polaciúria, náuseas, vômitos e sintomas vasomotores (fogachos).

FONTE: Dados de pesquisa elaborado pela autora (2020).

O quadro 3 aborda as características metodológicas dos artigos pesquisados de acordo com os descritores e critérios de inclusão e exclusão, englobando pesquisas de caráter descritivo, exploratório, quantitativo, revisão integrativa, estudo analítico, revisão

narrativa, estudo epidemiológico e do tipo corte transversal, descritivo e qualitativo. E sobre os principais fatores que interferem a saúde da mulher no climatério, que ocorrem devido a diminuição gradual da produção de estrogênio. Dentre as sintomatologias encontra-se: ansiedade, sintomas vasomotores, depressão, incontinência urinária, ressecamento vaginal, comprometimento da qualidade de sono, sudorese intensa, osteoporose, diminuição da libido, falta de ar, problemas musculares e nas articulações, queixas cardíacas, irritabilidade, esgotamento físico e mental, nervosismo, melancolia, aumento de peso, baixa autoestima, tristeza, formigamento, tontura, polaciúria, cefaléia, mialgia, alteração na voz, náuseas e vômitos.

Contudo, conforme os artigos revisados as manifestações que mais afetam as mulheres nessa fase são: ansiedade, depressão, comprometimento da qualidade do sono devido aos sintomas vasomotores (fogachos) e a incontinência urinária, irritabilidade, osteoporose, obesidade e artralgia.

Ademais, foi identificado a duração e o impacto dos sintomas na qualidade de vida de mulheres apresentando um pico de sintomas vasomotores em mulheres na pós-menopausa precoce (quando a menopausa acontece antes os 40 anos de idade), com uma queda na prevalência durante a pós-menopausa tardia (quando a menopausa ocorre após os 55 anos). Também foi relatada uma maior taxa de sintomas vasomotores em mulheres que faziam o uso de terapia hormonal, quando o esperado seria uma relação inversa devido aos efeitos do estrogênio sobre os fogachos [10] . A intensidade dos sintomas ocorre também devido a autopercepção negativa que as mulheres têm diante as sintomatologias, afetando assim o seu estado psicológico. [11] .

Outro fator mencionado nos artigos associado com a intensidade de sintomas climatéricos são o número de gestações, na qual mulheres com três ou mais filhos apresentam maior intensidade de sintomas, devido a elas ainda serem responsáveis pelo cuidado com as crianças, esse tipo de responsabilidade pode ter uma influência negativa, levando assim, a sensação mais aguçada dos sintomas [12] . Ou seja, o contexto familiar pode influenciar de forma positiva e negativa as mulheres vivenciam esse período. As influências positivas são primordiais para o enfrentamento do estresse e da ansiedade, como a afetividade, o carinho e a relação de identidade. Entretanto, as influências negativas afetam ainda mais os sintomas que já são decorrentes do próprio climatério, como a falta de escuta por parte dos conjugues podendo levar a conflitos e mal-entendidos [13].

Os sintomas resultantes do climatério são capazes de afetar a qualidade das relações estabelecidas no trabalho e na família, como também intervir no estado de satisfação das mulheres e afetar sua rotina habitual e até mesmo nas relações interpessoais. Vivenciar o climatério sem preparo pode gerar certa dificuldade na

superação dos desafios que surgem e, ainda, comprometer a autoestima, os relacionamentos e a qualidade de vida [14] .

4. Conclusão

O climatério é uma fase da vida da mulher, é um processo fisiológico e natural, entretanto, é notório com base nas tabelas apresentadas que ele acarreta algumas alterações que podem influenciar negativamente a qualidade de vida da mulher que está vivenciando esse período. Os fatores que interferem a saúde da mulher ocorrem devido ao hipoestrogenismo, afetando diretamente na diminuição da função ovariana, e de acordo com as pesquisas realizadas os fatores que estão mais presentes são a depressão, ansiedade, irritabilidade, secura vaginal, osteoporose, obesidade, artralgia, os sintomas vasomotores (fogachos), incontinência urinária, sudorese intensa, afetando assim, a qualidade do sono. Foi visto também a necessidade das mulheres serem assistidas integralmente, e a importância das mesmas conhecerem o que está acontecendo com o seu corpo para não associarem a alguma patologia, como também vivenciarem essa fase de maneira mais leve e segura.

Referências

1. Curta JC, Weissheimer AM. Percepções e sentimentos sobre as alterações corporais de mulheres climatéricas. Revista Gaúcha de Enfermagem. [Internet]. 2020 [acesso em: 12 de outubro de 2020]; 41(esp):e20190198. https://doi.org/10.1590/1983-1447.2020.20190198.
2. Ferreira, V.N., Chinelato, R.S.C., Castro, M.R., & Ferreira, M.E.C. Menopausa: Marco biopsicossocial do envelhecimento feminino [monografia]. Minas Gerias: Universidade Federal de Juiz de Fora; 2013.
3. Araújo, J. B. S. et al. Avaliação da intensidade da sintomatologia do climatério em mulheres: inquérito populacional na cidade de Maceió, Alagoas. Ciências Biológicas e da Saúde [Intertet]. 2015 [aceso em: 12 de outubro de 2020]; 2(3):101-111. Disponível em: https://editorarealize.com.br
4. Lisboa, L. L. et al. Efeito da cinesioterapia na qualidade de vida, função sexual e sintomas climatéricos em mulheres com fibromialgia. Revista Brasileia de Reumatologia [Internet]. 2015 [acesso em: 12 de outubro de 2020]; 5(3):209–215. http://dx.doi.org/10.1016/j.rbr.2014.08.019
5. Peixoto LN, Araujo MS, Egydio CA, Ribeiro FE, Fregonesi CEPT, Carmo EM. Perfil e intensidade de sintomas de mulheres no climatério avaliadas em unidades básicas de

saúde de Presidente Prudente. Colloquium Vitae [Internet]. 2015 [acesso em: 12 de outubro de 2020];7(1):85-3. Disponível em: http://journal.unoeste.br/index.php/cv/article/view/1267

6. Alves, E. R P. et al. Climatério: a intensidade dos sintomas e o desempenho sexual. Texto Contexto Enfermagem [Internet]. 2015 [acesso em: 13 de outubro de 2020]; 24(1): 64-71. https://doi.org/10.1590/0104-07072015000590014.
7. Greenhalgh, T. Como ler artigos científicos: fundamentos da medicina baseada em evidências. 2a Ed. Porto Alegre: Artmed; 2005.
8. Sociedade brasileira de climatério. Consenso brasileiro multidisciplinar de assistência à mulher climatérica. São Paulo (SP): SOBRAC; 2003.
9. Serpa AM, Lima AA, Guimarães AC, Carrilo MR, Coura-Vital W, Veloso VM. Fatores associados à qualidade de vida em mulheres no climatério. Reprod Clim, 2016.
10. Blumel JE, Chedraui P, Baron G, Belzares E, Bencosme A, Calle A, et al.Um grande estudo multinacional da prevalência, duração e impacto dos sintomas vasomotores na qualidade de vida em mulheres de meia-idade. Menopausa [Internet]. 2011 [acesso em: 13 de outubro de 2020];18(7):778-85. https://doi.org/10.1097/gme.0b013e318207851d
11. Lui Filho JF, Baccaro LFC, Fernandes T, Conde DM, Costa-Paiva L, Pinto-Neto AM. Epidemiologia da menopausa e dos sintomas climatéricos em mulheres de uma região metropolitana no sudeste do Brasil: inquérito populacional domiciliar. Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia [Internet]. 2015 [acesso em: 13 de outubro de 2020]; 37(4):152-158. https://doi.org/10.1590/SO100-720320150005282
12. Chedraui P, Pérez-López F, Mendoza M, Morales B, Martinez MA, Salinas AM, et al. Os sintomas graves da menopausa em mulheres de meia-idade estão associados a fatores femininos e masculinos. Arch Ginecol Obstet [Internet]. 2010 [acesso em 14 de outubro de 2020] ;281(5):879-85. https://doi.org/10.1007/s00404-009-1204-z
13. Rodolpho JRC, Quirino BC, Hoga LAK, Rosa PLFS. As percepções e atitudes dos homens em relação às suas esposas que estão passando pela menopausa. J. Mulheres Envelhecendo [Internet]. 2016 [acesso em: 14 de outubro de 2020]; 28(4):322-33. https://doi.org/doi: 10.1080/08952841.2015.1017430
14. Lomônaco A C, Tomaz RAF, Ramos MT de O. O impacto da menopausa nas relações e nos papéis sociais estabelecidos na família e no trabalho. Reprodução & Climatério[Internet]. 2015 [acesso em: 14 de outubro de 2020]; 30(2): 58-66. http://dx.doi.org/10.1016/j.recli.2015.08.001.