



REVISÃO

Alterações biopsicossociais na mulher climatérica: uma revisão bibliográfica

Biopsychosocial climate changes in women: a literature review
Cambios climáticos en mujeres biopsicosocial: una revisión de literatura

Laurimary Caminha Veloso¹ Regimara Maria Soares Maranhão² Vandelice Maria Lima Verde Lopes³

RESUMO

Este estudo trata-se de uma revisão bibliográfica que objetivou descrever as tendências da produção científica referentes às alterações na mulher climatérica, evidenciando a assistência e qualidade de vida. O levantamento foi realizado na base de dados BIREME utilizando os descritores: menopausa, climatério e mulher. A seleção obedeceu aos seguintes critérios de inclusão: publicações nacionais que abordaram a mulher e climatério com texto completo, no período entre 2001 e 2011, obtendo-se 26 publicações. Os resultados evidenciaram que o ano de 2008 concentrou a maioria das pesquisas com 23.07%, a abordagem qualitativa se destacou com 50%, a região Sudeste se sobressaiu com 84.62%, e o periódico de destaque foi a Revista Associação Médica Brasileira com 19.23%. Delimitaram-se as categorias: a mulher visivelmente no climatério, os pensamentos no climatério, a mulher climatérica e a sociedade, cuidando da mulher climatérica: uma melhoria na qualidade de vida. Evidenciou-se que, torna-se essencial que as mulheres conheçam essas alterações biopsicossociais, e que os profissionais saibam orientá-las oferecendo-lhes uma assistência integral para que obtenham uma melhor qualidade de vida. **Descritores:** Climatério. Menopausa. Saúde da Mulher.

ABSTRACT

This study it is a literature review that aims to describe the scientific production related to changes in climacteric women, showing the care and quality of life. The survey was conducted in the BIREME database using the following keywords: menopause, menopause, and women. The selection followed the following inclusion criteria: national publications that address women and menopause with complete text, in the period between 2001 and 2011, resulting in 26 publications. The results showed: in 2008 concentrated the majority of research with 23.07%, the qualitative approach stood out with 50%, the Southeast stood out with 84.62%, and regular highlight was the Brazilian Medical Association Journal with 19:23%. Delimited the categories: the woman is obviously in the climacteric, the thoughts in the climacteric, climacteric women and society, taking care of climacteric women: a better quality of life. It was evident that it is essential that women know about these changes biopsychosocial, and that professionals know target them by offering them a comprehensive assistance to obtain a better quality of life. **Descriptors:** Climacteric. Menopause. Women's Health.

RESUMEN

Se trata de una revisión de la literatura que trata de describir la producción científica relacionada com los cambios em la mujer climatérica, que muestra el cuidado y la calidad de vida. La encuesta se realizo em la base de datos de BIREME com los siguientes descriptores: menopausia, menopausia y las mujeres. La selección seguido los siguientes criterios: las publicaciones nacionales que las mujeres de direcciones y la menopausia con el texto completo, en el período comprendido entre 2001 y 2011, dando lugar a 26 publicaciones. Los resultados mostraron: en 2008 se concentro la mayoría de las investigaciones con el 23,07%, el enfoque cualitativo se destacó con 50%, el Sudeste se destacó con 84,62%, y poner de relieve regular fue el brasileño Medical Association Journal, con 19:23%. Delimitadas las categorías: la mujer es, obviamente, en el climaterio, los pensamientos de la mujer climatérica, climaterio y la sociedad, el cuidado de mujeres en el climaterio: una mejor calidad de vida. Era evidente que esesencial que las mujeres saben acerca de estos cambios biopsicosociales, y que los profesionales saben dirigir los al ofrecerles una atención integral para obtener una mejor calidad de vida. **Descriptores:** Climaterio. La menopausia. Salud de la Mujer.

¹ Enfermeira. Mestre e Docente do Curso de Enfermagem da Faculdade Santo Agostinho - FSA. ^{2,3} Acadêmicas do 8º período de Enfermagem da Faculdade Santo Agostinho - FSA.

INTRODUÇÃO

O processo existencial humano é caracterizado por diversas fases, denominadas ciclos vitais. Nestes, ocorrem intensas modificações na maneira de o homem ser e estar no mundo, configurando novas formas de se olhar e de se compreender frente ao fenômeno da existência (OLIVEIRA; JESUS; MERIGHI, 2008). O climatério, uma etapa do ciclo vital feminino, é definido pela Organização Mundial de Saúde como uma fase biológica da vida e não um processo patológico, que compreende a transição entre o período reprodutivo e o não reprodutivo da vida da mulher, que acarreta transformações biológicas, psicológicas e sociais, além de fatores culturais, econômicos que exercem influência na maneira como ela irá vivenciar este período. Deste modo, esse momento deve ser compreendido como um fenômeno biopsicossocial (BRASIL, 2008).

O climatério, que começa por volta dos 40 anos, podendo estender-se até os 55 anos ou mais, é marcado ainda pelo declínio da função ovariana e caracteriza-se por um progressivo estado de hipoestrogenismo, ao qual está associado a um conjunto de sinais e sintomas que constituem a síndrome do climatério, com grande impacto na vida da mulher inserida em um contexto biosociocultural próprio (COELHO; PORTO, 2009).

Essa diminuição estrogênica, característica dessa fase, pode trazer complicações a curto, médio e longo prazo. Em curto prazo ou agudos, encontram-se os sintomas neurovegetativos ou vasomotores, como ondas de calor, sudorese, palpitações, parestesias, cefaléia, diminuição da lubrificação vaginal, insônia e vertigem; os neuropsíquicos: labilidade emocional, nervosismo, irritabilidade, depressão, diminuição da libido, falta de concentração, perda de confiança e

difficuldade de tomar decisões. Em médio prazo, os sintomas mais freqüentes referem-se à atrofia urogenital, com prurido e queimação vulvo vaginal, secura, corrimento, sangramento vaginal, dispaurenia, infecções urinárias, incontinência urinária e síndrome uretral. As complicações de longo prazo seriam a osteoporose e doenças cardiovasculares (OLIVEIRA; LEMGRUBA, 2001).

A população feminina brasileira totaliza mais de 98 milhões e aproximadamente 30 milhões encontram-se na faixa etária de 35 a 65 anos; caracterizando que 32% dessas mulheres estão na faixa etária em que ocorre o climatério. Diante disso, percebe-se a necessidade de melhor atendê-las nessa fase, oferecendo-lhes uma assistência integral, levando em consideração as suas características biopsicossociais e que lhes permita manifestar suas percepções em relação a essa etapa da vida, como também de conhecer seu corpo e os aspectos culturais que envolvem o climatério (COELHO; PORTO, 2009).

As mulheres que carecem de informações sobre a fase climatérica são mais susceptíveis aos mitos que as rodeiam, dificultando assim a adaptação nessa fase. Deste modo, a assistência neste período de vida deve se expandir além dos aspectos biológicos ao hipoestrogenismo, devendo-se considerar também os fatores culturais e psicossociais das mulheres (FERNANDEZ; GIR; HAYASHIDA, 2005).

Diante dessa realidade, torna-se essencial o desenvolvimento de estudos e pesquisas centradas na área da Enfermagem, com enfoque no cuidado prestado às mulheres climatéricas, considerando que este, no desenvolver de seu papel, expressa significativa importância no que tange, principalmente, a um acompanhamento humanizado, centrado nas dúvidas e anseios frequentes nessa etapa da vida.

Partindo desse pressuposto, apresenta-se como problema de pesquisa: Qual a produção técnica-científica relacionada à área da saúde sobre as alterações biopsicossociais frequentes na fase do climatério?

Portanto, com base nesse questionamento, o trabalho teve o objetivo descrever as tendências da produção científica referentes às alterações biopsicossociais na mulher climatérica, ressaltando a assistência e a qualidade de vida.

Mediante este entendimento, equivale o despertar dos profissionais quanto à importância das intervenções relacionadas ao cuidado às mulheres neste momento tão relevante de suas vidas, bem como, torna-se crucial para essas mulheres as orientações a respeito das alterações biopsicossociais presentes na fase do climatério.

Utilizou-se na procura dos artigos a palavra mulher, climatério e menopausa, onde foram encontrados 183 artigos científicos na temática indicada. Mas, de acordo com os critérios de inclusão utilizou-se para este estudo 26 artigos.

Com a seleção dos artigos encontrados, ordenamento do material e classificação por similaridade semântica, as temáticas foram agrupadas conforme semelhança de conteúdo, as quais foram distribuídas em quatro categorias temáticas para serem discutidas e analisadas em seguida.

Este estudo originou nas seguintes categorias temáticas: O Corpo no Climatério, Os Pensamentos no Climatério, A Mulher Climatérica e a Sociedade, Cuidando da Mulher Climatérica: Uma Melhoria na Qualidade de Vida.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de revisão que segundo Marconi e Lakatos (2009), a pesquisa bibliográfica, ou de fontes secundárias, abrange toda bibliografia já tornada pública em relação ao tema de estudo, desde publicações avulsas, como monografias e artigos, até meios de comunicações orais. Essa pesquisa será ainda descritiva, já que têm como objetivo primordial a descrição das características de mulheres no período do climatério.

A seleção do material foi realizada através de um levantamento bibliográfico na base de dados presentes na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS- BIREME) nos meses de fevereiro a abril de 2011. Foram utilizados os descritores: menopausa, climatério e mulher. A seleção dos artigos obedeceu aos seguintes critérios de inclusão: artigos nacionais que abordam a mulher e o climatério que esteja disponível o texto completo, publicados entre 2001 e 2011.

RESULTADOS E DISCUSSÃO DOS DADOS

Estabeleceram-se algumas variáveis relevantes conforme se observa na Tabela 1.

Tabela 1: Distribuição das produções científicas segundo as seguintes variáveis: o ano de publicação, região geográfica, abordagem metodológica e periódico de publicação (n=26). Teresina - PI, 2011.

Variáveis	N	%
Período		
2001	03	11.53
2002	01	3.84
2003	01	3.84
2004	02	7.70
2005	04	15.39
2006	02	7.70
2007	03	11.53
2008	06	23.07
2009	02	7.70
2010	02	7.70
2011	-	-
Abordagem Metodológica		
Qualitativa	13	50.00
Quantitativa	08	30.77
Outros	05	19.23
Região		
Sudeste	22	84.62
Nordeste	01	3.84
Centro-Oeste	02	7.70
Norte	-	-
Sul	01	3.84
Periódicos		
Rev. Escola de Enfermagem da USP	02	7.70
Rev. Brasileira de Enfermagem	02	7.70
Rev. Associação Médica Brasileira	05	19.23
Rev. Saúde Pública	02	7.70
Rev. Brasileira de Medicina	02	7.70
Outros	13	49.97

Fonte: Banco de Dados da Bireme.

Os resultados desta pesquisa evidenciaram que o ano de 2008 concentrou a maioria das publicações com 23,07%. A abordagem qualitativa foi a mais freqüente neste estudo com 50%. Quanto à região geográfica, predominou a região Sudeste com 84,62% das publicações. O periódico que mais se destacou foi a Revista da Associação Médica Brasileira com 19,23% das publicações.

Com a análise dos artigos foi perceptível observar que, dentre as ênfases encontradas, destacaram-se as alterações físicas, com dez publicações; o cuidado e assistência à mulher climatérica, buscando a qualidade de vida com nove publicações, quatro artigos retrataram as alterações psicológicas e três enfocaram as vivências às mudanças sociais.

O Corpo no Climatério

De acordo com Oliveira (2010), o climatério é resultante de um progressivo e rápido esgotamento dos folículos ovarianos, que ocasiona na queda da produção de hormônios do ovário (estrogênio e progesterona), resultando assim, na instalação de diversos sintomas desconfortáveis, podendo variar de mulher para mulher, dentre eles destacam-se: os fogachos ou ondas de calor, coronariopatias, atrofia geniturinária, osteoporose, obesidade, incontinência urinária, mudança na voz, dentre outros. Essa gama de sintomas pode ser denominada de Síndrome do Climatério.

Os fogachos consistem em sensação súbita e transitória de calor moderado ou intenso, que se espalha pelo tórax, pescoço e face, podendo ser acompanhados de sudorese abundante e sendo piores à noite. Durante a onda de calor, há elevação da temperatura corporal. Estudos indicam ainda que, os fatores de risco conhecidos para a ocorrência de fogachos incluem: idade da menopausa, baixa escolaridade; estado

menopausal, cor da pele, trabalho remunerado, tabagismo e índice de massa corporal (IMC) (SCLOWITZ; SANTOS; SILVEIRA, 2005).

Com relação à Incontinência Urinária (IU) muitas pesquisas têm investigado o impacto do climatério e da idade no seu determinismo, representando assim, uma freqüente e intolerante perturbação observada nos estágios da transição e pós-menopausa, incluindo o período climatérico. A IU afeta a qualidade de vida e, com relação à intensidade da perda da urina, os fatores envolvidos que mais causam impacto no bem-estar da mulher são as queixas de dois ou mais episódios de perda de urina por dia, sendo, na maioria das vezes, uma perda em jato; além disso, pode afetar as atividades diárias, sendo comum em suas portadoras alterações de humor que podem ressaltar em depressão (OLIVEIRA, 2010).

A vivência da sexualidade pode ou não ser afetada pelos sintomas do climatério. O diferencial para a satisfação do prazer mútuo estará vinculado ao afeto, ao desejo de estar com o outro. No entanto, quando isso ocorre, a mulher busca conviver com o problema. Se o exercício do prazer, vincula-se à relação que se tem com o próprio corpo, com o outro e com o mundo, exercitar a sexualidade não é ter vida sexual ativa, somente, é encontrar-se consigo mesmo, é sentir-se acompanhado, é ter o outro como presença viva atuante num ambiente afetoso, se assim for, as limitações físicas não serão barreiras para o prazer de estar junto com o outro (GOUVEIA et al., 2009)

Em relação à voz da mulher climatérica, é importante reconhecer algumas mudanças. Dependendo da mulher, podem apresentar rouquidão, compressão do registro, menor flexibilidade das pregas vocais e estabilidade vocal diminuída, relacionando aos problemas de emissão vocal, controle da voz, efeitos sobre as pregas vocais e manutenção dos registros agudos. Outros

componentes podem também gerar prejuízos vocais como o decréscimo da força pulmonar, atrofia dos músculos laríngeos e enrijecimento das cartilagens da laringe. É importante evidenciar que, essas alterações se agravam quando doenças sistêmicas como diabetes, hipertensão, disfunções tireoidianas, ou enfermidades específicas como as afecções do sistema respiratório, alterações auditivas, distúrbios gastroesofágicos se instalam nesse período (MACHADO; ALDRIGHI; FERREIRA, 2005).

Não se pode deixar de citar que, durante o climatério, as mulheres apresentam aumento do peso corpóreo em consequência de um menor gasto energético, da queda da atividade metabólica em repouso e do sedentarismo, as flutuações hormonais favorecem não só o aumento do peso corporal como também a maior adiposidade abdominal, devido à redistribuição do tecido gorduroso e a massa magra, a obesidade está entre os grandes problemas de saúde pública, por acarretar diversos riscos, dentre eles, as doenças cardiovasculares (OLIVEIRA, 2010).

Com ênfase nas doenças cardiovasculares, estudos epidemiológicos demonstraram que, com a idade, as mulheres apresentam aumento progressivo na incidência da doença isquêmica do coração (DIC); assim, após a menopausa, o risco da DIC se eleva, aproximando-se ao dos homens em torno dos 65 anos. A cardiopatia promove um comprometimento geral no indivíduo, afetando-o nos segmentos afetivo-emocional, intelectual e social; além do mais, por ser uma afecção ameaçadora, gera medo, ansiedade e insegurança, sinalizando para o indivíduo sua vulnerabilidade e finitude. Com isso, observa-se que a coronariopatia interfere na qualidade de vida das mulheres após a menopausa, limitando a capacidade física e o desempenho das atividades da vida diária, além de intensificar dificuldades

emocionais comuns nesse período (FAVARATO; ALDRIGHI, 2001).

Os Pensamentos no Climatério

As conseqüências psicológicas, ao contrário das físicas, são mais difíceis de serem definidas exatamente. Quais das mudanças observadas no comportamento - dinamismo, sensação de bem-estar e libido - devem ser atribuídas somente às alterações hormonais? Quais podem ser explicadas por fatores sociais, pela atitude ante ao período vivenciado, pelo sentimento de estar envelhecendo? Quais das mudanças psicológicas que ocorrem podem ser explicadas como conseqüências dos problemas físicos, isto é, da redução dos níveis hormonais, como sudorese noturna e, conseqüentemente, distúrbios do sono (VALADARES et al., 2008)

As mulheres na fase do climatério se deparam com novas situações que podem coincidir com mudanças no seu status sexual, na percepção do climatério dentro da cultura onde a mulher está inserida, a saída dos filhos de casa e filhos adolescentes, adoecimento dos pais e perda do trabalho. Diante desta realidade, o psicológico é comprometido podendo desencadear em alterações de humor, irritabilidade, ansiedade, transtornos mentais e depressão (APPOLINÁRIO et al., 2001).

As alterações psicológicas podem variar culturalmente, sendo que nas sociedades ocidentais onde se valoriza a imagem corporal, a juventude e a simpatia, os sintomas apresentam-se mais freqüentes. Já nas sociedades orientais onde a experiência e a maturidade são mais valorizadas, a incidência das queixas psíquicas é menos prevalente (NEIVAS, 2005).

A Mulher Climatérica e a Sociedade

A representação social do processo de envelhecimento, na maioria das vezes, é caracterizada por sentimentos de inutilidade, desvalorização e ausência de perspectiva de vida. Muitas mulheres têm impressão que, aos olhos da sociedade e a seus próprios olhos, perde a justificativa de sua existência e suas possibilidades de felicidade, já que no climatério elas perdem todos os atributos presentes durante a puberdade, tais como a beleza, o vigor, fertilidade; portanto, se elas tiverem colocado sua autoestima, exclusivamente, na sua capacidade de conceber e na beleza de seu corpo, sentir-se-á desvalorizada e, muitas vezes, não encontrará sentido em sua vida (MENDONÇA, 2004).

O que se percebe é que a mulher sente a necessidade de buscar alguém que a auxilie a enfrentar os seus problemas, que ouça suas angústias e dúvidas. Ao mesmo tempo, ela expressa tristeza por estar vivenciando esse período e sente dificuldades para encontrar o que buscam. Com isto, quando ela está inserida em uma sociedade em que se valoriza a juventude e o vigor físico e na qual a mulher é mais valorizada quando possui a capacidade de gerar filhos, não se pode esperar que haja resposta favorável às mudanças trazidas pelo climatério, pois tudo que a sociedade valoriza, perde-se nessa etapa da vida (GONÇALVES, 2005).

Cuidando da Mulher Climatérica: uma melhoria na qualidade de vida

A maioria das mulheres vive, ainda hoje, o climatério em silêncio, com poucas informações a respeito desta etapa da vida. Diante disso, percebe-se que a beleza vinculada à juventude e à fertilidade continua intensamente valorizada, interferindo na identidade da mulher, afetando negativamente a construção da sua autoestima. Essa visão negativa do climatério resulta em

penalização da mulher. As mudanças físicas e emocionais que marcam essa fase são parte do desenvolvimento feminino, mas esse período gera medo e desconfiança nas mulheres que dele se aproximam (BERNI; LUZ; KOHLRAUSCH, 2007). Diante desta realidade, torna-se importante a atuação dos profissionais de saúde, considerando uma assistência de forma holística, que possa orientá-las para que saibam lidar com o período vivenciado, a fim de enfrentar com mais naturalidade o considerado novo, tendo benefícios em sua qualidade de vida.

De certo é que essa assistência, conforme cita Waldow (2004), deve ser visualizada sob uma nova perspectiva, na qual o ser humano é valorizado em sua totalidade. Assim, compreendendo essa situação, é que se destaca a importância da mulher no climatério ser percebida na sua integralidade de forma que seja assegurado acesso e atendimento individualizado com vista a garantia de uma melhor qualidade de vida.

Nessa abordagem Seidl e Zannon (2004) suscitam que o tema "qualidade de vida", em especial no climatério, pode ser visto pelos mais diversos olhares, seja da ciência, por meio de várias disciplinas, seja do senso comum, seja do ponto de vista objetivo ou subjetivo, seja em abordagens individuais ou coletivas. No âmbito da saúde, quando visto no sentido ampliado, ele se apóia na compreensão das necessidades humanas fundamentais, materiais e espirituais e tem seu foco mais relevante no conceito de promoção da saúde. E neste aspecto os profissionais de saúde, apoiando - se na educação e na socialização do cuidado humano, precisam, em sua abordagem, rever a subjetividade da mulher, resgatando a seus valores, expectativas e desejos, aproximando o saber da sensibilidade, na intenção de buscar por uma melhor qualidade de vida para estas mulheres.

CONCLUSÃO

Os artigos analisados mostraram as tendências da produção científica na área da saúde referente ao climatério. Observou-se com essa análise, de forma minuciosa e criteriosa, que é uma área pouco estudada no país, embora seja uma temática bastante vivenciada por grande parte das brasileiras, devendo ser dada uma atenção mais integral. Constatou-se também que poucos foram os artigos encontrados na área da Enfermagem, merecendo que esta seja mais contemplada por mais pesquisadores.

Com base no que foi exposto, a mulher na fase climatérica apresenta alterações biopsicossociais de frequência variável que podem interferir em sua qualidade de vida. Deste modo, surge a necessidade de repensar em uma assistência integral à saúde da mulher que garanta além de soluções técnicas eficientes, um atendimento que leve em consideração as características físicas, psicológicas e sociais, e que lhe permita entender essas modificações inerentes ao climatério, como também conhecer seu corpo e os aspectos que o envolvem.

REFERÊNCIAS

APPOLINÁRIO, J. C. et al. Associação entre traços de personalidade e sintomas depressivos em mulheres com Síndrome do Climatério. **Arquivos Brasileiros de Endocrinologia e Metabologia**, São Paulo, v. 45, n. 4, ago. 2001.

BERNI, N.I.; LUZ, M. H.; KOHLRAUSCH, S. C. Conhecimento, percepções e assistência à saúde da mulher no climatério. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 60, n. 3, mai./jun, 2007.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. **Manual de atenção a mulher no climatério e menopausa**. Brasília: Ministério da Saúde, 2008. 192p.

COELHO, S.; PORTO, Y. F. **Saúde da Mulher**. Belo Horizonte: Nescon/UFMG, Coopmed, 2009. 115p.

R. Interd.v.6, n. 3, p. 187-194, jul.ago.set. 2013

FAVARATO, M.E.; ALDRIGHI, J. M. A mulher coronariopata no climatério após a menopausa: implicações na qualidade de vida. **Revista da Associação Médica Brasileira**, v. 47, n. 4, out./nov, 2001.

FERNANDEZ, M. R.; GIR, E.; HAYASHIDA, M. Sexualidade no período climatérico: situações vivenciadas pela mulher. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 32, n.2, p.129-135, jun. 2005.

GONÇALVES, R. **Vivenciando o Climatério: o corpo em seu percurso existencial à luz da fenomenologia**. 2005. 244p. Tese (Doutorado em Enfermagem) - Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo, São Paulo, 2005.

GOUVEIA, P.F. et al. Função Sexual da Mulher na Transição Menopausal: Estudo Transversal. **Revista Brasileira de Medicina**, v. 66, p. 24-32, abr. 2009.

MACHADO, M.A.; ALDRIGHI, J.M.; FERREIRA, L. P. Os sentidos atribuídos à voz por mulheres após a menopausa. **Revista de Saúde Pública** v.39, n. 2, p.261-169, abr. 2005.

MARCONI, M. A.; LAKATOS, E. M. **Metodologia do trabalho científico**. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2009.

MENDONÇA, E. A. P. **Representações sociais como objeto de práticas educativas na promoção da saúde no Climatério-Menopausa**. 2004, 225p. Tese (Doutorado em Saúde Pública) - Escola Nacional de Saúde Pública, Fundação Oswaldo Cruz, 2004.

NIEVAS, A. F. **Depressão em Mulheres no Climatério**. 2005, p.67. Dissertação (Pós-Graduação em Enfermagem) - Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo- USP, 2005.

OLIVEIRA,H.C.; LEMGRUBA, I. **Tratado de ginecologia da Febrasco**. Rio de Janeiro: Revinter Ltda, 2001.

OLIVEIRA, J.M.S. **Prevalência da Incontinência Urinária e sua associação com a obesidade em mulheres na transição menopausal e após a menopausa**. 2010, p.120. Dissertação (Mestrado em Saúde Pública) - Faculdade de Saúde Pública, Universidade de São Paulo- USP, 2010.

OLIVEIRA, D. M; JESUS, M. C; MERIGHI, M. A. B. O Climatério sob a ótica de mulheres assistidas em uma Unidade de Saúde da Família de Juiz de Fora- Minas Gerais. **Revista de Atenção Primária a Saúde**, v. 11, n. 1, p.42-53, jan./mar. 2008.

SEIDL, E.M.F.; ZANNON, C.M.L.C. Qualidade de vida e saúde: aspectos conceituais e metodológicos. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 20, n. 2, p.580-588, 2004.

SCLOWITZ, I.K.; SANTOS,I. S.; SILVEIRA, M. F. Prevalência e fatores associados a fogachos em mulheres climatéricas e pós-climatéricas. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 21, n. 2, p.469-481, mar./abr., 2005.

VALADARES, A. L. et al. Depoimentos de mulheres sobre a menopausa e o tratamento de seus sintomas. **Revista da Associação Médica Brasileira**, São Paulo, v.54, n.4, jul./ago, 2008.

WALDOW, V. R. **Cuidado na saúde**: as relações entre o eu, o outro e o cosmos. Petrópolis (RJ): Vozes, 2004.

Submissão: 18.09.2012

Aprovação: 05.03.2013