

Mulheres menopausadas e suas crenças sobre esta fase da vida**Menopausal women and their beliefs about this phase of life**

DOI:10.34117/bjdv5n6-179

Recebimento dos originais: 21/04/2019

Aceitação para publicação: 15/05/2019

Lídia da Silva Santos

Enfermeira

Instituição: Centro Universitário Adventista de São Paulo

Endereço: Rua Emilio Ghiberti, 84 – Bairro: Vila das Mercês, São Paulo – SP, Brasil.

E-mail: lídias.santos@hotmail.com

Matheus Dias Lemos

Graduando de enfermagem

Instituição: Centro Universitário Adventista de São Paulo

Endereço: Rua cantigas de saudades, 355, Jardim Amália, São Paulo – SP, Brasil.

E-mail: matheuslemons262@gmail.com

Vivian Inácio Zorzim

Mestre em Ciências da Saúde pela Universidade Federal de São Paulo

Instituição: Instituição: UNASP - SP

Endereço: Estrada de Itapeperica, 5859 - São Paulo - SP

E-mail: vivian.zorzim@unasp.edu.br

RESUMO

Introdução: A menopausa representa uma etapa importante no ciclo da vida de uma mulher, uma transformação que está inclusa no processo do envelhecimento feminino, determinado de forma abreviada; quando a mulher para de ovular. É essencial compreender os sintomas atribuídos como parte desse processo de mudança fisiológica. **Objetivo:** O objetivo deste trabalho foi descrever as crenças de mulheres menopausadas de acordo com esta nova etapa da vida, à menopausa. **Método:** O método utilizado no presente estudo foi pesquisa quantitativa descritiva, de abordagem transversal, representada por uma amostra de 372 mulheres, alunas das aulas de hidroginástica do Centro de Atividade Físicas e Práticas Esportivas (CENAPE). A faixa etária de idade foi de 48 a 90 anos, o estado civil predominante foi de casada, com 58,82%, o estudo teve como escolaridade prevalente o Fundamental Completo, apresentando 31,86%. Esse estudo teve como instrumento para coleta, um questionário com 10 questões relacionadas às crenças, fundamentadas em outros estudos com perguntas básicas para caracterização dessas mulheres como: escolaridade, idade, naturalidade, ocupação e estado civil. **Resultados:** Para essas mulheres as principais crenças a respeito da menopausa foram que esse fenômeno é um evento natural do corpo com 91,67%; 86,77% discordaram que a mulher deixa de ser mulher só por que não pode ter filhos após esse período; para 55,39% a menopausa não causa diminuição no desejo sexual, e 32,36% acreditam que a data da primeira menstruação influencia no início da menopausa.

Conclusão: Contudo o profissional enfermeiro poderá prestar a assistência mais eficaz a respeito dos sinais e sintomas advindos da menopausa.

Palavras chave: Climatério; Crenças; Mulher; Menopausa; Saúde da mulher.

ABSTRACT

Introduction: Menopause represents an important stage in the life cycle of a woman, a transformation that is included in the process of female aging, determined in an abbreviated way; when the woman stops ovulating. It is essential to understand the symptoms attributed as part of this process of physiological change. **Objective:** The objective of this study was to describe the beliefs of menopausal women according to this new stage of life, menopause. **Method:** the method used in this study was a descriptive, cross-sectional quantitative survey, represented by a sample of 372 women, students of the hydromassage classes of the Center for Physical Activity and Sports Practices (CENAPE). The age range was 48 to 90 years, the predominant marital status was married, with 58.82%, the study had a prevalence of the Fundamental Complete, with 31.86%. This study had as a tool to collect a questionnaire with 10 questions related to beliefs, based on other studies with basic questions to characterize these women as: schooling, age, naturalness, occupation and marital status. **Results:** For these women the main beliefs about menopause were that this phenomenon is a natural event of the body with 91.67%; 86.77% disagreed that the woman stops being a woman only because she can not have children after that period; to 55.39% menopause does not cause decrease in sexual desire, and 32.36% believe that the date of first menstruation influences the onset of menopause. **Conclusion:** However, the nurse practitioner can provide the most effective assistance regarding the signs and symptoms of menopause.

Keywords: Climacteric; Beliefs; Woman; Menopause; Women's health.

1 INTRODUÇÃO

Menopausa é uma fase da vida da mulher que está associada a vários tabus, sobre a qual permanece uma visão pejorativa e negativa, construída com base nas idéias da sociedade, onde a mulher passa por uma mudança na reprodução a qual é provocada pela fisiologia do hipoestrogenismo progressivo que se caracteriza pela perda e/ou baixa produção do estrogênio, o hormônio mais influente na menstruação da mulher (CAMPOLIN, 2010 e VARGENS; KANTOVISKI, 2010). Esses tabus são denominados crenças, portanto de acordo com o dicionário Aurélio (2010), crença é “fé religiosa, confiança e opinião”; ato de crer na verdade ou na possibilidade de uma coisa. No ponto de vista antropológica, a crença traduz-se em qualquer forma de aceitação de verdade, comprovada cientificamente ou não.

Ainda nesta mesma linha Aderne e Araújo (2007), confirma que as alterações fisiológicas podem impactar a vida psicológica/social da mulher e afetar diretamente a sua

sexualidade, pois, no sistema urogenital ocorrem mudanças que levam à diminuição na qualidade do sexo.

De acordo com o Ministério da Saúde (BRASIL, 2008), a menopausa é um novo ciclo na vida das mulheres acima dos 48 anos de idade, contada a partir data da última menstruação ou amenorréia espontânea há 12 meses ou mais. Segundo De Lorenzi et al (2006), este fato se dá por que os ovários não possuem óvulos para a liberação, o que ocasiona escassez do hormônio estrogênio.

A despeito deste tema, um estudo foi realizado pelo Hospital das Clínicas da Universidade de São Paulo (USP) onde indicou que 68% das mulheres chegam à menopausa com sobrepeso e/ou obesidade. Desse total, 67% das mulheres têm problemas relacionados aos sistemas vasomotores. Um dos resultados da pesquisa revela que a média etária de ocorrência da menopausa no Brasil é de 48,1 anos. O levantamento foi feito com cerca de 6 mil mulheres, em uma investigação que durou 11 anos (entre 1983 e 2004) no Setor de Climatério do Hospital das Clínicas (BRASIL, 2016).

O climatério está associado com sintomas como: sudorese noturna, ansiedade, obesidade, alterações de humor, secura vaginal, dispareunia, diminuição da libido, infecção urinária, insônia, dores nas articulações, depressão, queda de cabelo, enfraquecimento da musculatura do assoalho pélvico entre outros (DE LORENZI et al., 2008).

A mulher no período da menopausa tende a ter menos fantasias sexuais e menor lubrificação no decorrer do ato sexual, do que uma mulher com idade reprodutiva, entretanto segundo Aderne e Araújo (2007), o fator de maior impacto para uma boa satisfação sexual da mulher climatérica é a sua qualidade de vida e o aspecto do seu relacionamento conjugal.

2 OBJETIVO

Descrever as crenças culturais de mulheres menopausadas sobre o período da menopausa.

3 MÉTODO

Objetivando o avanço da saúde das mulheres, optou-se por uma pesquisa quantitativa descritiva, de abordagem transversal. O local escolhido foi o Centro de Atividades Físicas e Práticas Esportivas (CENAPE), localizado dentro de uma Instituição de Ensino privada na região Sul do município de São Paulo – SP, por oferecer aulas de exercícios físicos gerais e ser referência para uma considerável população de idosos da região com adesão às aulas de

hidroginástica. A pesquisa foi realizada sem calculo amostral, obtendo 372 mulheres matriculadas e 204 participantes.

O estudo incluiu mulheres com idade a partir de 48 anos, que estavam devidamente matriculadas nas aulas de hidroginástica do CENAPE, que aceitaram participar voluntariamente da pesquisa, e capazes de compreender o que foi proposto no instrumento de pesquisa. As participantes concordaram em assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), de acordo com as demandas do Comitê de Ética do Centro Universitário Adventista de São Paulo (UNASP-SP), que aprovou esta investigação (Parecer 1.857.123 de 08/12/2016).

Os dados foram coletados por meio de um questionário de 10 questões elaboradas pelos acadêmicos, com perguntas de enfoque nas crenças levantadas em estudos dispostos na literatura. Foi realizado um perfil sociodemográfico com dados de identificação, tais como idade, ocupação, naturalidade, estado civil e escolaridade. O questionário foi analisado a partir da escala de LIKERT com cinco pontos para facilitar a resposta dos participantes: 0- discordo totalmente, 1- discordo, 2- nem concordo e nem discordo, 3- concordo e 4- concordo totalmente (BATISTA, 2003).

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Tabela 1. Perfil sociodemográfico de mulheres entrevistadas a respeito das crenças sobre a menopausa. São Paulo, Março, 2017.

Categorias	Total	
	N 204	%
Escolaridade		
Fundamental Incompleto	50	24,51
Fundamental	65	31,86
Ensino Médio Incompleto	01	0,49
Ensino Médio	62	30,39
Ensino Superior	26	12,75
Idade		
48 a 50	14	6,86
51 a 60	69	33,82
61 a 70	90	44,12

71 a 80	30	14,71
90 ou >	01	0,49
Naturalidade		
Sudeste	96	47,06
Sul	11	5,39
Centro Oeste	01	0,49
Nordeste	89	43,63
Não Informado	07	3,43
Ocupação		
Trabalho registrado	44	21,57
Autônoma	28	13,73
Do lar	80	39,22
Aposentada	52	25,49
Estado Civil		
Casada	120	58,82
Divorciada	16	7,84
Solteira	21	10,29
Viúva	47	23,04

O estudo apresentado envolveu mulheres a partir dos 48 anos de idade matriculadas nas aulas de hidroginástica do CENAPE. Com relação ao grau de escolaridade pôde-se observar que a maioria das entrevistadas possuía fundamental completo destacando-se dentre as outras 31,86%. A faixa etária de idade foi de 61 a 70 anos com a porcentagem de 44,12%; quanto à naturalidade foi proveniente 47,06% do Sudeste seguido de 43,63% do Nordeste; as entrevistadas se intitulam como “do lar”, com 39,22%, seguido das aposentadas com 25,49%; referente ao estado civil, a maioria (58,82%) era de mulheres casadas, em seguida das viúvas em 23,04% dos casos.

As tabelas a seguir apresentam a distribuição das respostas relacionadas às perguntas do questionário.

Tabela 02. Distribuição das repostas para a afirmação: “A menopausa é um evento natural do corpo”. São Paulo, 2017.

Questão e Alternativas	Total	
	N 204	%
0 - Discordo Totalmente	03	1,47
1 – Discordo	06	2,94
2 – Nem concordo e nem discordo	08	3,92
3 - Concordo	51	25,00
4 – Concordo Totalmente	136	66,67

Podemos observar na tabela 02 que 91,67% das entrevistadas concordavam que a menopausa é um acontecimento natural do corpo da mulher. Trench e Santos (2005), afirmam que o período que se estende desde a menstruação à menopausa propriamente dita, são eventos normais da vida de toda mulher. No entanto é essencial compreender que os sintomas atribuídos a esse período também são comuns nesse processo de mudança fisiológica. Os autores concordam com a idéia de que a menopausa é um evento característico e relativo de cada indivíduo, podendo gerar sensação de alívio ou apreensão.

Portanto esse acontecimento não está associado a uma patologia e sim a sintomas, sinais físicos e subjetivos que podem prejudicar o bem-estar, conforto e qualidade de vida dessas mulheres.

Tabela 03. Distribuição das repostas para a afirmação: “Há tratamentos que permitam uma gravidez na menopausa”. São Paulo, Março, 2017.

Questão e Alternativas	Total	
	N 204	%
0 - Discordo Totalmente	32	15,69
1 – Discordo	45	22,06
2 – Nem concordo e nem discordo	36	17,65
3 - Concordo	46	22,55
4 – Concordo Totalmente	45	22,06

O grupo se mostra dividido ao responder esta questão o que pode indicar falta de conhecimento do público de estudo quanto a esta probabilidade. Na tabela 03, 17,65% não concordam e nem discordam se mostrando inexatas em relação à afirmação acima, já

37,75% das mulheres relataram discordar da afirmação, naturalmente a mulher não pode mais engravidar, porem estudos apontam que é possível uma gravidez durante o período da menopausa.

Contudo 44,61% concordam com o fato de que é possível uma gestação na menopausa, Conte e Franz (2015); Almeida et al (2011) e Moura et al (1999), mencionam que algumas mulheres demonstram interesse em ter filhos, depois da chegada, menopausa. Nesse período a mulher para de ovular, dificultando a gestação, ainda assim é possível haver possibilidade de uma gestação através de tratamentos, desde que se recorra a recursos médicos como fertilização in vitro, reprodução assistida e o uso de óvulos de outra doadora.

Tabela 04. Distribuição das repostas para a afirmação: “O corpo tem sinais e sintomas relacionados à menopausa, como: depressão, ansiedade, insônia, suor intenso á noite, infecção urinaria e pele seca”. São Paulo, Março, 2017.

Questão e Alternativas	Total	
	N 204	%
0 - Discordo Totalmente	02	0,98
1 – Discordo	12	5,88
2 – Nem concordo e nem discordo	08	3,92
3 - Concordo	46	22,55
4 – Concordo Totalmente	136	66,67

Na tabela 04 percebe-se que 89,22% das mulheres concordam que o corpo emite sinais e sintomas associados à menopausa como vasomotores, urogenitais e psicológicos. De Lorenzi (2008) e Brasil (2008), concordam que o hipoestrogenismo está correlacionado com alguns sintomas, como: fogachos, sudorese noturna, secura vaginal, enfraquecimento da musculatura do assoalho pélvico, dor durante a relação sexual, insônia, alterações de humor, ansiedade e depressão, devido à diminuição da secreção de endorfinas cerebrais conseqüente das alterações hormonais.

De todos os sintomas somáticos o fenômeno mais referido dentre as mulheres ao marcar as alternativas foram às ondas de calor, segundo De Lorenzi (2008), com o distúrbio do termorregulador hipotalâmico, há o rebaixamento dos níveis de estrogênio levando à inconstância vasomotora, e esses sintomas são acompanhados de taquicardia, além do constrangimento pessoal de sudorese intensa, agonia e mal-estar.

Tabela 05. Distribuição das repostas para a afirmação: “A reposição hormonal ajuda a controlar os sintomas da menopausa”. São Paulo, Março, 2017.

Questão e Alternativas	Total	
	N 204	%
0 - Discordo Totalmente	7	3,43
1 – Discordo	10	4,90
2 – Nem concordo e nem discordo	34	16,67
3 - Concordo	55	26,96
4 – Concordo Totalmente	98	48,04

Na tabela 05 é possível observar que 16,67% indicam incerteza em relação à afirmação, por falta de informação ou conhecimento sobre o tratamento oferecido através de hormônios, no entanto foi viável analisar que 75,00% das mulheres, concordavam que as reposições de hormônios ajudam nos sintomas da menopausa.

Segundo Brasil (2008), a terapia hormonal é benéfica para tratar as manifestações sintomáticas da menopausa, pois, a utilização do estrogênio na terapia age como uma “fonte da juventude”, que prorroga o envelhecimento, viabilizando o conceito da população de que menopausa é uma doença de falha hormonal.

Conforme Pardini (2014), o Tratamento de reposição hormonal (TRH) é capaz de reduzir significativamente alguns efeitos das mudanças hormonais que caracterizam a menopausa, porem o TRH não é indicado no caso de mulheres com risco para doenças cardíacas e osteoporose.

Tabela 06. Distribuição das repostas para a afirmação: “A data da primeira menstruação influencia no início da menopausa”. São Paulo, Março, 2017.

Questão e Alternativas	Total	
	N 204	%
0 - Discordo Totalmente	37	18,14
1 – Discordo	29	14,22
2 – Nem concordo e nem discordo	26	12,75
3 - Concordo	42	20,59
4 – Concordo Totalmente	70	34,31

Os resultados obtidos na tabela 06 mostram que 32,36% não concordam com a afirmação, de acordo com Conte e Franz (2015), o fim da menstruação ou idade da menarca, não influencia no início da menopausa, os autores se referem aos sintomas e sinais emitidos durante os períodos, portanto a abordagem deve ser individual em relação à presença das alterações menstruais. Apenas 12,75% das mulheres não apresentaram opinião conivente acerca da afirmação, expondo não conhecerem o assunto.

Dentre as demais porcentagens já citadas acima, foi possível analisar que 55,09% concordaram com o fato de que a data da primeira menstruação influencia no início da menopausa. Porém, observando outros estudos foi possível analisar que não há uma base científica que concorde com esta afirmação, ressaltando está como uma crença passada ao longo das experiências da vida; de pais para filhos.

Tabela 07. Distribuição das repostas para a afirmação: “Na menopausa podem ocorrer alterações hormonais”. São Paulo, Março, 2017.

Questão e Alternativas	Total	
	N 204	%
0 - Discordo Totalmente	06	2,94
1 – Discordo	10	4,90
2 – Nem concordo e nem discordo	13	6,37
3 - Concordo	49	24,02
4 – Concordo Totalmente	126	61,76

Na Tabela 07 pôde-se notar que 85,78%, a maioria, indicaram concordar com a afirmação.

Estudos comprovam que, neste período, as mulheres estão mais predispostas à ansiedade e depressão, devido à redução da liberação de endorfinas cerebrais decorrentes das diminuições hormonais (CABRAL, 2012).

Nesse período, as mulheres podem apresentar alterações relacionadas a fatores, psicológicos, culturais, emocionais e sociais, apresentando maior ou menor sintomatologia. Através dessas mudanças é possível observar modificações em seus corpos, com manifestações distintas, estranhas, confusas e muitas vezes interiorizadas, expressando através de ondas de calor, suores “frios”, insônia, tristeza, instabilidade emocional,

modificações nos hábitos sexuais, na pele e na distribuição da gordura corporal (CONTE; FRANZ, 2015).

Tabela 08. Distribuição das repostas para a afirmação: “Boa alimentação é fundamental na menopausa”. São Paulo, Março, 2017.

Questão e Alternativas	Total	
	N 204	%
0 - Discordo Totalmente	02	0,98
1 – Discordo	02	0,98
2 – Nem concordo e nem discordo	01	0,49
3 - Concordo	33	16,18
4 – Concordo Totalmente	166	81,37

Analisando a tabela 08, podemos ver que mais na metade das entrevistadas sendo 97,55%, concordam que uma boa alimentação é fundamental na menopausa, pois, um estilo de vida não exógeno requer um cuidado essencial, desde perceber o estado nutricional dos alimentos à ingesta dos mesmos.

Para manter as funções do organismo em perfeitas condições, deve haver um equilíbrio na alimentação. As referencias alimentares para as mulheres neste período são para o controle do peso, doenças cardíacas e a osteoporose. A adesão aos alimentos saudáveis e a prática de exercícios físicos, devem ser consideradas em todas as fases do ciclo da vida (CONTE; FRANZ, 2015).

Tabela 09. Distribuição das repostas para a afirmação: “Exercícios podem ajudar a lidar melhor com a menopausa”. São Paulo, Março, 2017.

Questão e Alternativas	Total	
	N 204	%
0 - Discordo Totalmente	02	0,98
1 – Discordo	03	1,47
2 – Nem concordo e nem discordo	04	1,96
3 - Concordo	19	9,31
4 – Concordo Totalmente	176	86,27

Das 204 mulheres incluídas nesse estudo, 95,58%, esse grupo era praticante de exercícios físicos, as mesmas estavam bem informadas concordando quanto à afirmação da tabela 09 sobre a importância de exercícios. Considera-se que nesta fase as mulheres apresentam alterações antropométricas e bioquímicas que comprometem eminentemente a qualidade de vida das mesmas, abrangendo a diminuição da massa livre de gordura, aumento da gordura corporal e redução da estatura, acarretando alterações no índice de massa corpórea - IMC (ZANESCO; ZAROS, 2009).

O exercício é fundamental em todas as fases da vida, tendo seu maior valor no período da menopausa, contribuindo assim para o bem-estar melhorando a imagem corporal e aumentando a autoestima da mulher. A escolha do exercício deve ser agradável, viável e fácil de realizar, é aconselhado atividades em meio à natureza, exercícios aeróbicos (caminhada, natação, hidroginástica) e musculação, desde que devidamente orientados por profissionais (CONTE; FRANZ, 2015).

Tabela 10. Distribuição das repostas para a afirmação: “A menopausa causa diminuição do desejo sexual”. São Paulo, Março, 2017.

Questão e Alternativas	Total	
	N 204	%
0 - Discordo Totalmente	73	35,78
1 – Discordo	40	19,61
2 – Nem concordo e nem discordo	23	11,27
3 - Concordo	33	16,18
4 – Concordo Totalmente	35	17,16

Na afirmação da tabela 10, 55,39% das mulheres discordam com o fato de haver um declínio na libido e disfunção sexual associados à menopausa. Alguns estudos revelam que em particular a testosterona eleva a libido e a resposta sexual. É relevante relatar que os efeitos terapêuticos hormonais são mais evidentes quando a relação matrimonial é satisfatória e eficaz em relação ao termo “intimidade”. Compreende-se que a mulher climatérica/menopausada continua a sentir prazer, não deixando de manifestar seu amor e sexualidade, pois, seu corpo continua erótico e erotizável (VALENÇA; NASCIMENTO FILHO; GERMANO, 2010).

A falta de conhecimento de algumas mulheres é muito alta em saber se há ou não um declínio na libido, foi levado em consideração aquelas que são viúvas e que não tiveram outros parceiros; 33,34% concordam com a tabela 10, de acordo com Cabral (2012), a redução progressiva dos níveis hormonais, vinculado ao processo de envelhecimento, favorece a falta de interesse levando em conta à diminuição da frequência de atividade sexual, porém fatores não hormonais estão “associados” com a redução da libido e função sexual de mulheres nesta etapa da vida como, o estado emocional, qualidade de relacionamento e ambiente.

Tabela 11. Distribuição das repostas para a afirmação: “Depois da menopausa a mulher deixa de ser mulher, pois não pode mais ter filhos”. São Paulo, Março, 2017.

Questão e Alternativas	Total	
	N 204	%
0 - Discordo Totalmente	140	68,63
1 – Discordo	37	18,14
2 – Nem concordo e nem discordo	4	1,96
3 - Concordo	14	6,86
4 – Concordo Totalmente	09	4,41

A tabela 11 acima apresenta que as mulheres que discordaram da afirmação proposta foram de 86,77%. Segundo Costa e Gualda (2008), o processo da menopausa era entendido como o resultado de construção singular, formado por uma rede de significados estabelecidos por um grupo, onde o conhecimento e a experiência são demarcados padrões culturais, entre eles entender de forma equivocada a menopausa como o deixar de ser mulher, é natural da mulher não engravidar após a menopausa, portanto por alguns motivos pessoais, as mesmas adiam a gestação, ou sentem desejo de engravidar popularmente dizendo “tarde demais”, Conte e Franz (2015), afirmam que após a menopausa a mulher pode ter filhos através de tratamentos.

5 CONCLUSÃO

Através da elaboração do presente estudo foi possível observar o conhecimento que as mulheres têm com relação à menopausa e quais suas crenças referentes à mesma.

Foi possível observar que as entrevistadas possuíam conhecimento em relação a tratamentos para uma gravidez na menopausa, sobre sinais e sintomas que o corpo emite neste período, e que a reposição hormonal pode ajudar no controle desses sinais e sintomas; elas concordam que uma boa alimentação e exercício físico também podem ajudar a lidar melhor com a menopausa.

As principais crenças em relação à menopausa que pudemos identificar é que, para elas a menopausa é um evento natural do corpo, elas discordam que a mulher deixa de ser mulher só por que não pode ter filhos após o período. Para as participantes a menopausa não causa diminuição no desejo sexual, e elas acreditam que a data da primeira menstruação influencia no início da menopausa. Com tudo que foi explorado nesse trabalho, o profissional enfermeiro saberá atender melhor essas mulheres podendo então tirar as suas dúvidas e desmistificar algumas crenças, dando orientações em relação a tratamentos e como lidar melhor com os sinais e sintomas que estão interligados com a menopausa.

REFERÊNCIAS

ADERNE, Fabiane de Oliveira; ARAÚJO, Rosália Teixeira de. Influência da menopausa no padrão sexual: opinião de mulheres. **Rev. Saúde. Com**, v. 3, n. 2, p. 48-60, 2007.

ALMEIDA, Joana Palmira Martins et al. Impacto da terapia hormonal sobre o peso corpóreo. **Rev. bras. ginecol. obstet**, v. 33, n. 10, p. 310-314, 2011.

AURÉLIO, Dicionário. Disponível em: <http://www.dicionariodoaurelio.com>. Com **Acesso em**, v. 15, n. 05, 2010.

BATISTA, Maria Jacqueline. Análise do número de categorias da escala de Likert aplicada à gestão pela qualidade total através da teoria da resposta ao item, 2003.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Série A. Normas e Manuais Técnicos. Série Direitos Sexuais e

Direitos Reprodutivos – Caderno, n.9. **Manual de atenção à mulher no climatério/menopausa.** Brasília (DF): Ministério da Saúde; 2008.

BRASIL. PORTAL BRASIL, Maioria das mulheres atinge menopausa com sobrepeso. 2010. Disponível em: <http://www.brasil.gov.br/saude/2010/10/maioria-das-mulheres-atinge-menopausa-com-sobrepeso-afirma-estudo> - Acesso em: 02 Junho de 2016.

CABRAL, Patrícia Uchôa Leitão et al. Influência dos sintomas climatéricos sobre a função sexual de mulheres de meia-idade. **Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia**, 2012.

CAMPOLIN, Silvia. Menopausa. UOL, 2010. Disponível em: <http://www2.uol.com.br/menopausa/ultmens.htm>. Acesso em 01 de Jun. 2016.

CONTE, Franciéli Aline; FRANZ, Lígia Beatriz Bento. Estado nutricional e de saúde em mulheres pós-menopausa. **Saúde (Santa Maria)**, v. 41, n. 1, p. 85-92, 2015.

COSTA, Gabriela Maria C.; GUALDA, Dulce Maria Rosa. Conhecimento e significado cultural da menopausa para um grupo de mulheres. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 42, n. 1, p. 81-89, 2008.

DE LORENZI, Dino Roberto Soares et al. Fatores associados à qualidade de vida após menopausa. **Revassocmedbras**, v. 52, n. 5, p. 312-7, 2006.

DE LORENZI, Dino Roberto Soares. Avaliação da qualidade de vida no climatério. **Rev. bras. ginecol. obstet**, v. 30, n. 3, p. 103-106, 2008.

DE MOURA, Marcos Dias et al. Avaliação do tratamento clínico da endometriose. **RBGO**, v. 21, n. 2, p. 85, 1999.

KANTOVISKI, Andréia Lara Lopatko; DA COSTA VARGENS, Octavio Muniz. O cuidado à mulher que vivencia a menopausa sob a perspectiva da desmedicalização. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, v. 12, n. 3, p. 567-70, 2010.

PARDINI, Dolores. Terapia de reposição hormonal na menopausa. **Arquivos Brasileiros de Endocrinologia & Metabologia**, 2014.

TRENCH, Belkis; SANTOS, Claudete Gomes dos. Menopause or Menopauses. **Saúde e sociedade**, v. 14, n. 1, p. 91-100, 2005.

VALENÇA, Cecília Nogueira; NASCIMENTO FILHO, José Medeiros do; GERMANO, Raimunda Medeiros. Mulher no climatério: reflexões sobre desejo sexual, beleza e feminilidade. **Saúde e Sociedade**, v. 19, p. 273-285, 2010.

ZANESCO, Angelin A; ZAROS, Pedro Renato. Exercício físico e menopausa. **RevBrasGinecolObstet**, v. 31, n. 5, p. 254-61, 2009.