

## VIVÊNCIA DO CLIMATÉRIO PELA MULHER E A SEXUALIDADE FEMININA NESTA FASE DA VIDA: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Jayara Mikarla de Lira<sup>1</sup>  
Albenize de Azevêdo soares<sup>2</sup>  
Ravana Amália Ribeiro Barreto<sup>3</sup>  
Ivani Iasmim de Araújo<sup>4</sup>  
José Jailson de Almeida Júnior<sup>5</sup>

### RESUMO

Este estudo teve como objetivo identificar na literatura científica a percepção das mulheres acerca do climatério e a influência desta fase na sexualidade feminina. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, o levantamento das publicações ocorreram no período de maio e junho de 2020 nas bases de dados SCIELO, LILACS, SCOPUS, PUBMED e Web of Science, utilizou-se os descritores do vocabulário Medical Subject Heading (MeSH): Women's Health; Climacteric; Sexuality. Após a análise e leitura dos estudos, 16 artigos compuseram a amostra. Emergiram três eixos temáticos trabalhados neste estudo “A mulher climatérica”; “Fatores Biopsicossociais e a sexualidade da mulher no climatério” e “(RE)descoberta do prazer”. Os estudos analisados permitiram uma maior compreensão dos fatores biopsicossociais que afetam a vivência do climatério pela mulher. Nesta etapa da vida observou-se que quanto maior a idade da mulher maior o risco de disfunção sexual, decorrente dos sintomas da pós-menopausa desencadeando assim, a prática sexual desconfortante e realizada para satisfação do parceiro.

**Palavras-chave:** Saúde da Mulher, Climatério, Sexualidade.

### INTRODUÇÃO

O contexto do aumento da expectativa de vida é uma realidade cada vez mais notória, isso significa que o número de idosos se tornam maiores no Brasil e no mundo. Revela-se a importância de Políticas Públicas de Saúde eficientes para um maior cuidado com esta população.

Tratando-se da população feminina, no Brasil, as mulheres representam cerca de 51,5% da população, sendo que destas 32,0% estão na faixa etária entre 35 e 65 anos, ou seja, mais da

---

<sup>1</sup> Graduanda do Curso de enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, [jayaramikarla@hotmail.com](mailto:jayaramikarla@hotmail.com);

<sup>2</sup> Graduanda do Curso de enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, [nize.azevedo@hotmail.com](mailto:nize.azevedo@hotmail.com);

<sup>3</sup> Graduanda do Curso de enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, [ravanaamalia@hotmail.com](mailto:ravanaamalia@hotmail.com);

<sup>4</sup> Graduanda do Curso de enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, [iasmimaraujo@ufrn.edu.br](mailto:iasmimaraujo@ufrn.edu.br);

<sup>5</sup> Professor orientador: Doutor em Educação. Professor da Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi/UFRN, [prof.jailsonjr@gmail.com](mailto:prof.jailsonjr@gmail.com).

metade da população feminina está na faixa etária em que ocorre o climatério, isso é resultante da melhoria da qualidade de vida e o maior acesso aos serviços de saúde, aumentando a expectativa de vida feminina para 72,4 anos (CARVALHO et al, 2018; ARAÚJO et al., 2013).

O climatério é uma fase biológica do ciclo vital feminino, e não um processo patológico, caracterizado como a passagem da fase reprodutiva para a não reprodutiva da vida da mulher. O marco desta fase é a ocorrência da menopausa, definida como a interrupção da menstruação definitivamente, após 12 meses consecutivos, que ocorre normalmente entre os 45 a 50 anos de idade. Nessa fase acontece intensas mudanças físicas e emocionais na vida da mulher, interligadas a fatores culturais, história de vida pessoal e familiar e por questões psicológicas e ambientais (ARAÚJO et al., 2013).

Conforme a Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da Mulher (PNAISM), algumas mulheres podem apresentar sintomas no climatério/menopausa, decorrente do abrupto desequilíbrio dos hormônios e outros estão relacionados a fatores sociais, familiares, percepção da autoimagem e ao estilo de vida, que contribuem para o aparecimento e intensificação dos sintomas. Entretanto, a maioria das mulheres passam por ela sem apresentar queixas/sintomas (BRASIL, 2011).

As alterações na fase do climatério ocasionados pelos fatores acima citados são: O hipoestrogenismo fisiológico que acarreta ondas de calor, palpitação, mialgia, secura vaginal, prurido e dispareunia, como também as dificuldades sociais e emocionais como humor depressivo, ansiedade e diminuição do interesse sexual, bem como o papel doméstico e reprodutivo tradicional, que tornam as mulheres mais vulneráveis para a ocorrência das disfunções sexuais (CAVALCANTI et al., 2014; GONÇALVES; MERIGHI, 2009).

Nesse cenário, a temática do climatério e sexualidade feminina, necessita ser melhor abordada pelos profissionais de saúde, em especial o enfermeiro, visto que existe uma lacuna desde a graduação, onde a sexualidade não possui um espaço para ser debatido em sua tamanha importância, repercutindo na assistência prestadas a estas mulheres. Nesse sentido, para que as ações de educação em saúde sobre a sexualidade no climatério tornem-se mais frequentes, em especial na Atenção Primária à Saúde, é necessário uma melhor abordagem dessas temática, melhorando a atenção as mulheres e sua qualidade de vida (BISOGNIN et al., 2015).

Tendo em vista a relevância do tema para um cuidado mais eficaz a mulher no processo de envelhecimento, este trabalho teve como objetivo identificar na literatura científica a percepção das mulheres acerca do climatério e a influência desta fase na sexualidade feminina.

## METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa que utilizou como método a revisão integrativa da literatura, a qual tem como finalidade, a sintetização de resultados obtidos em pesquisas sobre um tema ou questão, de maneira sistemática, ordenada e abrangente. É denominada integrativa pois fornece informações mais amplas sobre um assunto/problema (ERCOLE; MELO; ALCOFORADO, 2014).

Para a operacionalização deste estudo foram exploradas as seguintes etapas: a identificação do tema e formulação de um problema (questão de pesquisa); estabelecimento de critérios para inclusão e exclusão de estudos; a pesquisa na literatura; a avaliação crítica de um conjunto de dados; coleta de dados; avaliação dos estudos incluídos; interpretação dos resultados; e apresentação da revisão/síntese do conhecimento (SOUSA et al., 2017; ERCOLE; MELO; ALCOFORADO, 2014)

A questão de pesquisa que foi utilizada para orientar este estudo foi: Como as mulheres percebem o climatério e quais as influências sobre a sexualidade feminina?

O levantamento das publicações ocorreram no período de maio e junho de 2020 nas referidas bases de dados: Scientific Electronic Library Online (SCIELO), Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), SCOPUS, PUBMED e Web of Science. Foram selecionados estudos publicados entre os anos de 2000-2020.

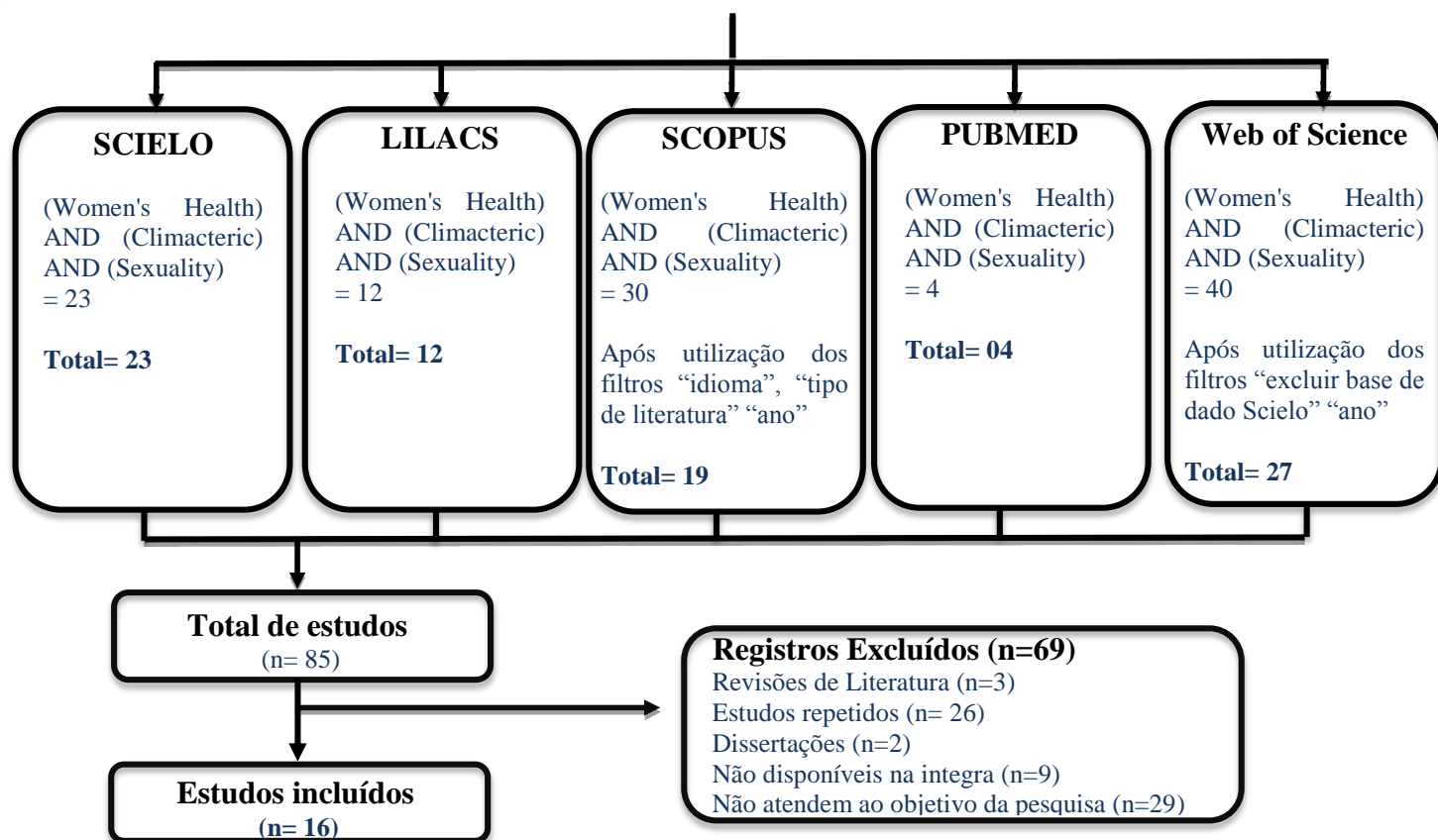
Para o refinamento dos artigos estabeleceram-se como critérios de inclusão: artigos publicados em português, espanhol e inglês e que atendessem ao objetivo da pesquisa, estudos disponíveis, e estivesse entre os anos de publicação estabelecido. Como critérios de exclusão adotou-se: documentos em formato de editorial, artigo de reflexão, revisão de literatura, trabalho de conclusão de curso, teses, dissertações e também artigos repetidos ou que não estivessem disponíveis na íntegra.

Para a busca das publicações nas bases de dados SCIELO, LILACS, SCOPUS, PUBMED e Web of Science utilizou-se os descritores do vocabulário Medical Subject Heading (MeSH), quais sejam: Women's Health; Climacteric; Sexuality.

O processo de seleção nas bases de dados, elegibilidade e inclusão dos artigos para a revisão integrativa está descrito no Fluxograma 1.

**Fluxograma 1** - Processo de seleção nas bases de dados, elegibilidade e inclusão de artigos na revisão integrativa. Santa Cruz, Rio Grande do Norte, Brasil, 2020.

**ARTIGOS IDENTIFICADOS A PARTIR DA BUSCA EM BASE DE DADOS**



Fonte: Elaboração dos autores, 2020.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A amostra foi composta de 16 artigos selecionados para a análise final, dos quais 9 foram publicados em periódicos de enfermagem. A maior parte (3) foi publicado no periódico *Texto & Contexto Enfermagem*, seguida de *Enfermería Global* (2), *Revista Médica de Chile* (2), *Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia* (2), *Maturitas* (2), *Revista Latino-Americana de Enfermagem* (1), *Revista Escola de Enfermagem USP* (1), *Revista da Associação Médica Brasileira* (1), *Revista Rene* (1), *Cadernos de Saúde Pública* (1).

A população da pesquisa, em sua maioria foi composta por mulheres climatéricas entre 35 e 65 anos (15), apenas (1) estudo teve como população de pesquisa casais que vivenciam o período do climatério.

Quando se trata da abordagem 9 eram quantitativos, tipos de estudo transversais e 7 eram qualitativos, destacando-se os tipos de estudos fenomenológico, incidente crítico e teoria de gênero.

Os cenários em que as pesquisas foram realizadas consistiram (5) Hospitais, (4) Unidades Básicas de Saúde, (3) Residências, (2) Ambulatórios, (1) Programa Academia da Cidade, (1) Outros serviços de saúde.

O quadro 2 traz a síntese dos artigos selecionados para a revisão integrativa da literatura.

**Quadro 2-** síntese dos artigos selecionados para a revisão integrativa da literatura. Santa Cruz, Rio Grande do Norte, Brasil, 2020.

Nº	TÍTULO	AUTOR/ BASE DE DADOS	PERÍÓ DICO/ ANO DE PUBLIC AÇÃO	OBJETIVO	SÍNTESE DOS RESULTADOS
1º	O climatério na perspectiva de mulheres.	Bisognin P., Alves C.N., Wilhelm L.A., Prates L. A., Scarton J., Resse L. B. /SCIELO	Enfermer ia Global /2015.	Conhecer a vivência do climatério a partir da perspectiva de mulheres.	O climatério algumas vezes é vivenciada pelas mulheres de forma silenciosa, desconhecida, e limitado a menopausa. Algumas optam pela reposição hormonal, outras por cuidados mais amplos. A sexualidade, na maioria das vezes é uma prática desconfortante e realizada para satisfação do parceiro
2º	Função sexual e fatores associados à disfunção sexual em mulheres no climatério.	Isabela F.C., Polyana N.F., Lucas I., Vilma M.S., Andrea L. /SCIELO	Rev Bras Ginecol Obstet. / 2014.	Avaliar a função sexual e os fatores associados à disfunção sexual de mulheres no período do climatério.	Alguns fatores relatados aparecem como potencializadores das disfunções sexuais: osteoporose, incontinência urinária e correções cirúrgicas do assoalho pélvico. Enquanto, em outros casos pode haver a diminuição das chances dessas disfunções ocorrem, quando a mulher é mais aberta a falar sobre sexo e encontrava-se na faixa etária dos 35 e 49 anos.
3º	Representações sociais da vida sexual de mulheres no Climatério atendidas em serviços públicos de saúde.	Ivonete A.A., Ana Beatriz A.Q., Maria Aparecida V. M., Lúcia H.G.P. /SCIELO	Texto Contexto Enferm. /2013.	Estudar as representações sociais da vida sexual da mulher no climatério.	A sexualidade feminina no climatério é demarcada por múltiplos fatores, sendo a representação social um dos principais para a sua compreensão. Nesta fase as mulheres redescobrem ou constroem o prazer sexual, enquanto outras encaram como uma obrigação, algo sem vida e sem desejo, já outras mulheres percebem a não necessidade da prática sexual para se sentir bem.
4º	Influência dos sintomas climatéricos sobre a função sexual de mulheres de meia-idade.	Patrícia U.L.C., Ana Carla G.C., Maria Helena C.P., Severina L.C.U., José L.J., Rose L.G.A., Ana Katherine S.G. /SCIELO	Rev Bras Ginecol Obstet. /2012	Avaliar a influência dos sintomas climatéricos na função sexual de mulheres de meia-idade.	67% das mulheres apresentaram risco de disfunção, estas mulheres apresentaram mais fogachos, humor depressivo, problema sexuais, ressecamento vaginal e dor do que aquelas sem risco de disfunção sexual.
5º	Reflexões sobre a sexualidade durante a vivência do climatério.	Roselane G., Miriam A.B.M. /SCIELO	Rev Latino- am Enferma gem /2009	Compreender os aspectos existenciais da vivência do climatério com ênfase no exercício da sexualidade.	Ao analisar os depoimentos das mulheres, foi possível refletir sobre a sexualidade feminina, que perpassou não só pelo desejo, libido e prazer, mas pelo companheirismo, afeto, carinho e cuidado de ser e estar com o outro, diminuindo a chance de problemas sexuais.

6°	Climatério e sexualidade: a compreensão dessa interface por mulheres assistidas em grupo.	Deíse M.O., Maria Cristina P.J., Miriam A.B.M. /SCIELO	Texto Contexto Enferm. /2008	Compreender o significado atribuído pela mulher às experiências vivenciadas quanto à sexualidade no climatério.	Ressecamento vaginal, diminuição/ausência desejo sexual, a fobia/ aversão sexual, o prurido vaginal e à dispareunia surgiram como agravantes para o comprometimento sexual das mulheres no climatério, estas que também enfrentam mudanças corporais e construções sociais. Os grupos de educação em saúde podem ajudar no enfrentamento dos desafios decorrentes desta fase da vida.
7°	Sexualidade no período climatérico: situações vivenciadas pela mulher.	Márcia R. F., Elucir G., Miyeko H. / SCIELO	Rev Esc Enferm USP /2005	Identificar os aspectos que as mulheres atendidas em um Serviço de Ginecologia e Obstetrícia consideram como positivos e negativos no exercício de sua sexualidade, na fase do climatério.	Pontos positivos envolvem: elogios advindos do parceiro, a preocupação com o bem-estar da mulher, valorização da mulher, e companheirismo. Pontos negativos: exposição pelo parceiro de particularidades do casal aos familiares, descoberta/desconfiança de relação extraconjugal, desentendimento do casal devido a recusa sexual pela mulher, desinteresse sexual do marido, tentativa do parceiro de manter relação sexual forçada, e dor a relação.
8°	Climatério: a intensidade dos sintomas e o desempenho Sexual.	Estela R.P.A., Aurélio M.C., Simone M. M.S. B., Ana Marcia S. N., Ana Márcia T.S.C., Maria Djair D. /SCIELO	Texto Contexto Enferm. /2015	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 sintomas leves apresentaram bom/excelente desempenho sexual, já as mulheres com sintomas moderados/intensos declararam um desempenho sexual ruim/desfavorável. O estudo ainda possibilita 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.
9°	El logro de la madurez femenina: la experiencia del climaterio en un grupo de mujeres.	Prior P. R., Pina R.F. /SCIELO	Enfermería Global /2011	Reconhecer as experiências climatéricas como um processo holístico de um pequeno grupo de mulheres entre 45 e 55 anos de uma cidade de Múrcia.	As mulheres geralmente vivenciam o climatério com poucas informações, adquiridas muitas vezes de familiares (mães, filhas...), até mesmo o termo climatério em seus discursos tornam-se limitado a menopausa. Houve uma limitação sobre a abordagem do tema sexualidade no climatério, pela mulher não se sentir vontade para falar sobre a temática, além de trazer o autocuidado e percepção do climatério pela mulher.
10°	Prevalencia de disfunción sexual en mujeres climatéricas.	Rodrigo F.J., Daniela J.A, Andrea F.P, Mónica P. A., Daniel F., Juan E. B.. /SCIELO	Rev Méd Chile /2009	Aplique o teste desenvolvido por Rosen em mulheres na fase de climatério e avaliar a presença de disfunção sexual e suas variáveis associadas.	Os sintomas mais afetados conforme a idade foram: lubrificação, orgasmo, dor. Assim, quanto maior a idade, maior a chance de ocorrer disfunção sexual. Variáveis que aumentam o risco de disfunção sexual, destaca-se: idade superior a 48 anos, paridade maior que dois filhos, e estado pós menopausa.
11°	Frequência da atividade sexual em mulheres menopausadas .	Dino R.S.O. Bruno S. /SCIELO	Rev Assoc Med Bras /2006	Identificar os fatores relacionados à frequência da atividade sexual entre mulheres pós-menopáusicas.	A maioria das entrevistadas, referiram diminuição das relações sexuais após a menopausa. A principal causa da diminuição foi a impotência sexual do parceiro. A frequência das relações sexuais associou-se com a idade, o nível de satisfação sexual, e a intensidade dos sintomas climatéricos. Quanto maior a idade, menor foi o número de relação sexual.
12°	Función sexual en mujeres	Juan E.B. M., Francisca B.M, Marcia R.A.,	Rev Méd Chile /2003.	Estudar os efeitos da reposição hormonal. terapia de reposição	Ao analisar o impacto do uso da Terapia Hormonal pelas mulheres climatéricas, revelou que as maiores diferença a favor da TRH foram

	usuarias de terapia de reemplazo hormonal.	Salvador S.C. /SCIELO.		hormonal (TRH) sobre sexualidade, aplicando o FSFI.	melhoras na lubrificação vaginal, orgasmo e satisfação, quando comparado as mulheres que não fazem uso da TRH.
13°	Sexual experiences during the climacteric years: What do women think about it?	J. Goberna, L. Francés, A. Paulí, A. Barluenga, E. Gascón /SCOPUS	Maturitas /2009.	Descrever as experiências sexuais das mulheres durante os anos climatéricos.	Fatores sociais, familiares e estruturais têm uma maior impacto na experiência sexual durante a menopausa. A livre expressão da sexualidade pode ser fortemente afetada por fatores como cansaço, falta de privacidade e o fato de viver em um pequeno apartamento em que o espaço limitado deve ser compartilhado entre o casal, filhos adultos e pais idosos
14°	Sexual and psychological symptoms in the climacteric years.	Mario A., Pietro D.D., Annalisa B., Aldopao P., Carla C., Alessandro P., Stefano Z. /SCOPUS	Maturitas /2007	Fornecer dados epidemiológicos sobre o funcionamento psicológico e sexual durante a transição da menopausa em uma grande amostra não clínica italiana e investigar sua correlação com eventos da vida.	Eventos da vida como lutas, problemas econômicos, aposentadoria, filhos saindo de casa, doenças, divórcio, mau relacionamento, redução da atratividade do parceiro estão correlacionados com comprometimento sexual. O humor e a função sexual foram prejudicados pela menopausa, com sintomas depressivos e sexuais sendo mais altos no grupo pós-menopausa em comparação com o pré-menopausa
15°	Influências do climatério em relacionamentos conjugais: perspectiva de gênero.	Mariana L.C., Fernando J. G.S. J., Adriana C.M. P., Jaqueline C.S.S. /WEB OF SCIENCE	Rev Rene /2018	Analisar a influência do climatério em relacionamentos conjugais sob a perspectiva de gênero.	Pontos positivos do climatério no relacionamento conjugal, destaca-se: a intensificação do carinho, companheirismo, compreensão, respeito e diálogo. O climatério envolve alterações biopsicossociais que levam a alteração na atividade sexual, podendo causar também o distanciamento no relacionamento conjugal em virtude das mudanças do companheiro e rotina do casal.
16°	Sexual satisfaction in couples in the male and female climacteric stage.	Alide S.M., Tatiana P.K. Jaime B.D. /WEB OF SCIENCE	Cad. Saúde Pública /2015	Descrever a satisfação dos casais com sua vida sexual no climatérico e determinar se existem diferenças entre as percepções de cada parceiro sobre satisfação do outro parceiro com sua vida sexual.	A satisfação das mulheres investigadas com a vida sexual, foi relatado em mais da metade das mulheres, já as que sentiam-se com algum nível de insatisfação foi mais que o triplo do homens. Em uma proporção maior do que as mulheres, homens relataram sentir-se muito ou moderadamente satisfeitos com suas vidas sexuais e uma porcentagem muito menor relatou sentir-se moderada ou muito insatisfeitas. Além disso, um leve grau de concordância foi encontrado entre a satisfação da vida sexual relatada entre os homens e mulheres.

Fonte: Elaboração dos autores, 2020.

Da revisão da literatura emergiram três eixos temáticos que serão analisados neste estudo: “A mulher climatérica”; “Fatores Biopsicossociais e a sexualidade da mulher no climatério” e “(RE)descoberta do prazer”.

### A mulher climatérica

O processo de envelhecimento é influenciado pela forma que a mulher se vê e como decorre sua vivência pessoal e as suas singularidades. Os artigos (1 e 9) trazem que as mulheres

que vivenciam o climatério têm dúvidas acerca deste momento, muitas vezes o limitam ao evento da menopausa, e por vezes evitam procurar ajuda por vergonha ou acharem que suas queixas são ocorrências sem alguma causa definida, vivenciando o climatério de modo silencioso, desinformado e despreparado (BISOGNIN et al., 2015; PELLICER; ROCHE, 2011).

O climatério nem sempre está associado a alterações físicas e emocionais, mas quando surgem são caracterizados de síndrome do climatério, sofrendo influência de ordem biológica (queda do estrogênio e senilidade), psicológica (autopercepção da mulher nesta etapa da vida) e social (relação com a família, comunidade e amigos) (ALVES; COSTA; BEZERRA; NAKANO; CAVALCANTI; DIAS, 2015).

Os estudos analisados convergem para uma perspectiva das alterações biológicas, psicológicas, e sociais que o climatério desencadeia nas mulheres. Durante este período, elas referem sintomas como ondas de calor, sudorese noturna, secura vaginal, enfraquecimento da musculatura do assoalho pélvico, dispareunia, insônia, alteração de humor, ansiedade, depressão, ocorre ainda a redução do colágeno cutâneo e a redistribuição de gordura, o que afetaria a autoimagem e autoestima feminina (CABRAL et al., 2012).

A imagem social criada para as mulheres fundamenta-se na beleza estética, na juventude e na fertilidade, nesse sentido a mulher climatérica é atingida profundamente na sua identidade feminina, causando grande sofrimento psíquicos neste período (OLIVEIRA; JESUS; MERIGHI, 2008). Dessa forma, diversos fatores podem alterar a qualidade de vida dessas mulheres, assim como sua sexualidade. O que será discutido melhor no próximo eixo temático.

### **Fatores Biopsicossociais e a sexualidade da mulher no climatério**

“O termo sexualidade representa um conjunto de valores e práticas corporais culturalmente legitimadas na história da humanidade” (GONÇALVES; MERIGHI, 2009, p. 163). Nesse sentido, a sexualidade abrange várias dimensões: íntima, relacional, subjetiva, controle do corpo (prazer e desprazer), comportamentos, afetos e relação com o mundo.

Nessa perspectiva, a vida sexual das mulheres no climatério, precisa ser entendida em um contexto mais ampliado, levando em consideração múltiplos fatores (contexto histórico, social, econômico e cultural), por ser uma experiência pessoal, única e marcada pela cultura que a mulher se insere (ARAÚJO et al., 2013).

A percepção das mulheres sobre a influência do climatério foi bem destacado nos estudos (2, 4, 6, 8, 10, e 11), desde os sintomas físicos, ocasionados pelas diminuição do estrogênio,



exemplos de tais mudanças incluem redução do libido, perda da elasticidade vaginal e a redução na lubrificação da vagina, aumento do distúrbio de humor, o que ocasiona em dispareunia, diminuição ou ausência do ato sexual, fobia ou aversão sexual, surgindo como agravantes para o comprometimento sexual das mulheres no climatério.

É importante ter em mente que a função sexual não depende apenas do nível de estrogênio, mas uma complementaridade de aspectos psicológicos, social e ambiental. Socialmente, as mulheres que vivem o climatério foram criadas em um período histórico em que a sexualidade era limitada a inúmeros preconceitos, com uma moralidade e um contexto patriarcal que formava uma ideologia repressiva vinculada a função reprodutiva, mas nunca a satisfação pessoal. Além disso, a construção social de que as mulheres nessa faixa etária perderem o desejo sexual (“assexuada”), a passagem para a mulher da tarefa de cuidadora informal (falta de independência dos pais), como também a falta de privacidade quando mora com familiares em um lugar pequeno, surgem como agravante para o comprometimento da sexualidade (GOBERNA et al, 2009).

As disfunções sexuais também foram relacionadas aos sintomas do domínio psicológico, como humor depressivo, irritabilidade, ansiedade, insegurança, insatisfação e esgotamento físico e mental culmina na diminuição da probabilidade da mulher ficar interessada em sexo. O estudo feito por Figueroa et al. (2009) traz que a prevalência de disfunção sexual, avaliado pelo instrumento Índice de Disfunção Sexual Feminino (FSFI) aumenta significativamente com a idade, observando que a maioria (64,9%) das mulheres entre 55 e 59 anos tiveram disfunção sexual em comparação a (31,7%) das entrevistadas com idade entre 40 e 44 anos. E os domínios mais afetados de acordo com a idade, ainda conforme este instrumento foi lubrificação, orgasmo e dor.

Os discursos das mulheres na literatura estudada corroboram que esses múltiplos fatores, além da incompreensão na maioria das vezes pelo parceiro da fase que a mulher vivência leva a problemas na sexualidade entre o casal.

### **(RE)descoberta do prazer**

Por outro lado, nem todas as mulheres enfrentam o período do climatério como um momento de “perdas”. Conforme é abordado no artigo (3) algumas readaptam-se as novas exigências e cuidados que esta fase da vida necessitam, assim, (re)descobrem o prazer diante a atividade sexual e a vivência com seu parceiro (ARAÚJO et al., 2013).

Observa-se no relato das mulheres a realização de cuidados, atitudes que colaboram com a autoestima e momentos de lazer. Os cuidados gerais com a saúde envolvem a importância da alimentação saudável, do exercício físico e de evitar o tabagismo, como também a prática de terapias alternativas, como o uso de chás. As atividades de lazer aparecem como fortalecedoras do bem-estar para a mulher climatérica, em espaço de conversa, dança, música, artesanato ou o próprio trabalho torna a mulher mais feliz e realizada (BISOGNIN et al., 2015).

Todo o cuidado com a pele, cabelo, mente e físico leva as mulheres a sentirem-se bem neste período. Em se tratando do papel do companheiro, nos os artigos (5, 7 e 15), os relatos das mulheres fortaleceram que quando o parceiro elogia, dar carinho, atenção e dialoga com suas esposas, mostrando-se companheiros e compreensivos influencia para que a relação sexual do casal torne-se uma reconstrução, em que ambos, mulher e homem, buscam se satisfazer.

O artigo (12) mostra que algumas mulheres optam pela Terapia de Reposição Hormonal, que apresenta uma melhora de ordem biológica (lubrificação, menor secura vaginal e desconforto durante o sexo) diferente das mulheres que não fazem uso da terapia (BLUMEL et al., 2003). Entretanto, como foi evidenciado, não é só os fatores de ordem biológica que podem levar a (re)descoberta do prazer, pois perpassa por diversos motivos, como a maior liberdade que este período permite, seja para expressar sua sexualidade ou por terem mais tempo para se cuidarem; companheirismo; estabilidade financeira, entre outros (ARAÚJO et al., 2013)

Revela-se, que para algumas mulheres o climatério torna-se um momento de verdadeira descoberta do prazer, do orgasmo ou da continuidade do desejo sexual, envolvendo uma imensidão de sentimentos de ser e estar com o outro, percebendo as múltiplas possibilidades do relacionamento.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Os estudos analisados permitiram uma maior compreensão dos fatores biopsicossociais que afetam a vivência do climatério pela mulher. Nota-se que este período pode ser para algumas mulheres um momento de diminuição da autoestima, da saúde mental, da relação social e afetiva com o parceiro, além do prazer sexual. Enquanto, para outras mulheres esta fase torna-se de aprendizados, de redescoberta, de fortalecimento do relacionamento a dois e da intensificação dos cuidados com a saúde e a aparência física.

Desse modo, evidencia-se a importância do debate da temática climatério e sexualidade pelos profissionais de saúde, desde sua formação acadêmica, haja vista que quando as mulheres

tem oportunidade de conhecer melhor sobre esta fase do ciclo biológico por ações de educação em saúde, as mesmas se tornam mais dispostas e conhecedoras de cuidados gerais e terapias alternativas que podem vir a contribuir no impacto do climatério sobre sua vida e sua sexualidade.

## REFERÊNCIAS

ALVES, E. P. *et al.* Climacteric: intensity of symptoms and sexual performance. **Texto & Contexto - Enfermagem**, v. 24, n. 1, p. 64-71, mar. 2015. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/0104-07072015000590014>>. Acesso em: 07 jun. 2020.

AMORE, M. *et al.* Sexual and psychological symptoms in the climacteric years. **Maturitas**, n. 56, p. 303-311, out. 2007. Disponível em: < [https://www.maturitas.org/article/S0378-5122\(06\)00334-3/fulltext](https://www.maturitas.org/article/S0378-5122(06)00334-3/fulltext)>. Acesso em: 08 jun. 2020.

ARAÚJO, I. A. *et al.* Representações sociais da vida sexual de mulheres no climatério atendidas em serviços públicos de saúde. **Texto & Contexto – Enfermagem**, Florianópolis, v. 1, n. 22, p. 114-122, mar. 2013. Disponível em: < [https://www.scielo.br/pdf/tce/v22n1/pt\\_14.pdf](https://www.scielo.br/pdf/tce/v22n1/pt_14.pdf)>. Acesso em: 08 jun. 2020.

BISOGNIN, P. *et al.* O climatério na perspectiva de mulheres. **Enfermería Global**, n. 39, p. 168-180, jul. 2015. Disponível em: <[http://scielo.isciii.es/pdf/eg/v14n39/pt\\_docencia3.pdf](http://scielo.isciii.es/pdf/eg/v14n39/pt_docencia3.pdf)>. Acesso em : 08 jun. 2020.

BLUMEL, M. J. *et al.* Función sexual en mujeres usuarias de terapia de reemplazo hormonal. **Rev Méd Chile**, v. 131, n. 11, p. 1251-1255, nov. 2003. Disponível em: < [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-98872003001100004](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872003001100004)>. Acesso em: 08 jun. 2020.

BRASIL, MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da Mulher**: princípios e diretrizes. Brasília-DF, p. 1-81, 2011.

CABRAL, P. U. L. *et al.* Influência dos sintomas climatéricos sobre a função sexual de mulheres de meia-idade. **Rev Bras Ginecol Obstet.**, v. 34, n. 7, p. 329-334, jul. 2012. Disponível em: < [https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S0100-72032012000700007&lng=en&nrm=iso&tlng=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0100-72032012000700007&lng=en&nrm=iso&tlng=pt)>. Acesso em: 05 jun. 2020.

CAVALCANTI, I. F. *et al.* Função sexual e fatores associados à disfunção sexual em mulheres no climatério. **Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia**, v. 36, n. 11, p. 497-502, nov. 2014. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/s0100-720320140004985>>. Acesso em: 08 jun. 2020.

CARVALHO, M. L. *et al.* Influences of the climacteric period on the conjugal relationship: gender perspective. **Revista da Rede de Enfermagem do Nordeste**, v. 19, p. 1-0, 21 nov. 2018. Disponível em: <<http://periodicos.ufc.br/rene/article/view/32617>>. Acesso em: 09 jun. 2020.

ERCOLE, F. F.; MELO, L. S.; ALCOFORADO, C. L. G. C. Integrative review versus systematic review. **Reme: Revista Mineira de Enfermagem**, v. 18, n. 1, p. 9-11, 2014. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.5935/1415-2762.20140001>>. Acesso em: 03 jun. 2020.

FERNANDEZ, M. R.; GIR, E.; HAYASHIDA, M. Sexualidade no período climatérico: situações vivenciadas pela mulher. **Rev Esc Enferm Usp**, São Paulo, v. 39, n. 2, p. 129-135, Jun. 2005. Disponível em: <[https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0080-62342005000200002](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342005000200002)>. Acesso em: 06 jun. 2020.

FIGUEROA, J. R. *et al.* Prevalencia de disfunción sexual em mujeres climatéricas. **Rev Méd Chile**, Santiago, v. 137, n. 3 p. 345-350, dez. 2009. Disponível em: <<https://scielo.conicyt.cl/pdf/rmc/v137n3/art04.pdf>>. Acesso em: 07 jun. 2020.

GOBERNA, J. *et al.* Sexual experiences during the climacteric years: What do women think about it? **Maturitas**, v. 62, n. 1 p. 47-52, Jan. 2009. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19058934/>>. Acesso em: 08 jun. 2020.

GONÇALVES, R.; MERIGHI, M. A. B. Reflexões sobre a sexualidade durante a vivência do climatério. **Rev Latino-am Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 17, n. 2, p. 1-7, Abr. 2009. Disponível em: <[https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S0104-11692009000200004&lng=en&nrm=iso&tlng=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0104-11692009000200004&lng=en&nrm=iso&tlng=pt)>. Acesso em: 06 jun. 2020.

LORENZI, D. R. S.; SACIOTO, B. Frequência da atividade sexual em mulheres menopausadas. **Rev Assoc Med Bras**, São Paulo, v. 52, n. 4, p. 256-260, Ago. 2006. Disponível em: <[https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0104-42302006000400027&script=sci\\_abstract&tlng=pt#:~:text=Na%20an%C3%A1lise%20estat%C3%ADstica%2C%20fez%2Dse,parceiro%20\(41%2C7%25\).](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0104-42302006000400027&script=sci_abstract&tlng=pt#:~:text=Na%20an%C3%A1lise%20estat%C3%ADstica%2C%20fez%2Dse,parceiro%20(41%2C7%25).>)>. Acesso em: 07 jun. 2020.

OLIVEIRA, D. M.; JESUS, M. C. P.; MERIGHI, M. A. B. Climatério e sexualidade: a compreensão dessa interface por mulheres assistidas em grupo. **Texto Contexto Enferm**, Florianópolis, v. 17, n. 3, p. 519-526, Set. 2008. Disponível em: <[https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0104-07072008000300013&script=sci\\_abstract&tlng=pt#:~:text=O%20grupo%20de%20climat%C3%A9rio%20foi,as%20interfaces%20que%20a%20comp%C3%B5em.](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0104-07072008000300013&script=sci_abstract&tlng=pt#:~:text=O%20grupo%20de%20climat%C3%A9rio%20foi,as%20interfaces%20que%20a%20comp%C3%B5em.>)>. Acesso em: 06 jun. 2020.

PELLICER, R. P.; ROCHE, F. P. El logro de la madurez femenina: la experiencia del climaterio en un grupo de mujeres. **Enfermería Global**, Murcia, v. 10, n. 23, p. 330-345, Jul. 2011. Disponível em: <[http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1695-61412011000300022](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412011000300022)>. Acesso em: 07 jun. 2020.

SALAZAR-MOLINA, A.; KLIJN, T. P.; DELGADO, J. B. Sexual satisfaction in couples in the male and female climacteric stage. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 31, n. 2, p. 311-320, fev. 2015. Disponível em: <[https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0102-311X2015000200311&script=sci\\_abstract](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0102-311X2015000200311&script=sci_abstract)>. Acesso em: 09 jun. 2020.

SOUSA, L. M. M. *et al.* A metodologia de revisão integrativa da literatura em enfermagem. **Revista Investigação em Enfermagem**, v. 2, n. 11, p. 17-26, nov. 2017. Disponível em: <[https://www.researchgate.net/publication/321319742\\_Metodologia\\_de\\_Revisao\\_Integrativa\\_da\\_Literatura\\_em\\_Enfermagem](https://www.researchgate.net/publication/321319742_Metodologia_de_Revisao_Integrativa_da_Literatura_em_Enfermagem)>. Acesso em: 03 jun. 2020.