

SAÚDE MENTAL DE MULHERES CLIMATÉRICAS NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE: DESAFIOS PARA A INTEGRALIDADE DO CUIDADO

Ana Beatriz Palha Albuquerque¹; Élide Carneiro Moreira²; Maria Luiza Oliveira Fontes³.

¹Universidade da Amazônia (UNAMA), Castanhal, Pará. lattes.cnpq.br/2189141788990517

²Universidade da Amazônia (UNAMA), Castanhal, Pará. lattes.cnpq.br/6088934402850447

³Universidade da Amazônia (UNAMA), Castanhal, Pará. lattes.cnpq.br/1936236723890151

PALAVRAS-CHAVE: Acolhimento. Climatério. Menopausa.

DOI: 10.47094/IVCOLUBRASC.2026/RE/12

INTRODUÇÃO

O climatério corresponde a uma fase de transição na vida da mulher, onde ocorre a passagem do período reprodutivo para o não reprodutivo, marcada por alterações fisiológicas, físicas, emocionais e sociais que podem impactar significativamente sua qualidade de vida. Nesse período, algumas mulheres podem vivenciar sintomas como: fogachos, sudorese, calafrios, palpitações, cefaleia, alterações no sono, fadiga, dificuldade de concentração, irritabilidade, humor depressivo, entre outros (Brasil, 2016 *apud* Carvalho *et al.*, 2023), evidenciando a necessidade de uma assistência que considere as diferentes dimensões do processo saúde-doença. Entretanto, ainda existem desafios para a efetivação de um cuidado que contemple adequadamente as demandas relacionadas à saúde mental das mulheres climatéricas. Dessa forma, o presente trabalho tem como objetivo refletir sobre os fatores e desafios que envolvem a efetivação da integralidade do cuidado relacionados à saúde mental de mulheres climatéricas na Atenção Primária à Saúde (APS).

OBJETIVO

Refletir sobre os fatores e desafios que envolvem a efetivação da integralidade do cuidado relacionados à saúde mental de mulheres climatéricas na Atenção Primária à Saúde.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de abordagem qualitativa, de caráter exploratório e fundamentado em revisão bibliográfica, feita a partir do levantamento e análise de produções científicas relacionadas à temática investigada, Conforme Gil (2019), a pesquisa bibliográfica é desenvolvida com base em material já elaborado, especialmente livros e artigos científicos, permitindo ao pesquisador reunir e analisar conhecimentos produzidos anteriormente sobre determinado fenômeno.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A fase climatérica, em especial a menopausa, para além de um marcador biológico, também deve ser compreendida por uma perspectiva psicológica e social. O Manual de Atenção às Mulheres na Transição Menopausal e Menopausa destaca como sintomas as ondas de calor, distúrbios do sono, mudanças na vida sexual, alterações de humor, irritabilidade, transtornos depressivos e ansiosos (Brasil, 2026, p. 94). De acordo com o documento, tais sintomas podem contribuir para a repercussão de sofrimento psicológico e aumentar os sinais de ansiedade e depressão. No entanto, não caracteriza-se como um transtorno atribuído exclusivamente à menopausa ou a uma condição psicopatológica, afinal para se considerar um transtorno é necessário analisar um conjunto de critérios que envolvem os fatores biológicos, psicológicos e ambientais advindos de construções históricas e sociais (OMS, 2025).

Considerando isso, como resultado de uma construção social de caráter patriarcal, a menopausa foi, e ainda é, envolta de estigmas, associada a uma “inutilidade feminina”, onde prevalece uma valorização de mulheres jovens e férteis. Por consequência, o sofrimento psicológico de mulheres climatéricas é maior por estar associado a sentimentos de desvalor, perda de reconhecimento e de respeito, que levam a uma invisibilidade.

Nesse sentido, a invisibilidade torna-se ainda mais evidente quando as queixas relacionadas à saúde mental são imediatamente articuladas a uma perspectiva patologizante, sem que sejam consideradas as condições concretas de vida das mulheres. Luz e Frutuoso (2021) demonstram que profissionais da APS reconheceram a ausência de ações específicas para mulheres climatéricas e a tendência de relacionar suas queixas à Saúde Mental por meio de encaminhamentos e medicalização. As fragilidades associadas aos serviços da APS também são identificadas por Carvalho *et al.* (2023), considerando que embora seja um espaço fundamental no acompanhamento dessas demandas, os cuidados profissionais frequentemente estão organizados a partir queixas pontuais, com ênfase em exames, rastreamentos e intervenções medicamentosas, enquanto aspectos relacionados à saúde mental e à qualidade de vida recebem menor atenção.

Coelho *et al.* (2009) ressaltam, ainda, que a integralidade pressupõe a apreensão das necessidades mais abrangentes das mulheres e sua articulação com os contextos sociais, culturais e de gênero que atravessam o processo saúde-doença. Essa compreensão, portanto, aproxima-se da discussão sobre o climatério, na medida em que as manifestações de sofrimento psicológico não devem ser analisadas de forma descontextualizada, sobretudo diante da necessidade de práticas contextualizadas, individuais e coletivas, capazes de considerar o território, as relações sociais e as particularidades das experiências femininas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante disso, os desafios atuais na promoção de um cuidado integral à saúde de mulheres climatéricas consistem na dificuldade de fortalecer práticas de educação permanente das equipes de saúde, na articulação interdisciplinar e na capacidade dos

serviços de reconhecer o climatério como uma questão de saúde multidimensional, que demanda acompanhamento longitudinal.

O acolhimento e a escuta qualificada no âmbito da Psicologia podem contribuir como ferramentas essenciais para evitar tanto a negligência quanto a patologização indiscriminada do sofrimento. Portanto, promover saúde mental no climatério não significa apenas identificar ou tratar transtornos psicológicos, mas também criar condições para que as mulheres possam falar sobre suas experiências, reconhecer suas necessidades, construir estratégias de enfrentamento e participar ativamente das decisões relacionadas ao próprio cuidado.

PRINCIPAIS REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Manual de atenção às mulheres na transição menopausal e menopausa. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2026. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/guias-e-manuais/2026/manual-de-atencao-as-mulheres-na-transicao-menopausal-e-menopausa.pdf>. Acesso em: 13 ago. 2026.

CARVALHO, Marina Lefol Nani et al. Assistência de enfermagem às mulheres no climatério na Atenção Primária à Saúde: revisão integrativa. *Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR*, Umuarama, v. 27, n. 5, p. 3151-3167, 2023. DOI: 10.25110/arqsaude.v27i5.2023-065.

COELHO, Edméia de Almeida Cardoso; SILVA, Carla Tatiane Oliveira; OLIVEIRA, Jeane Freitas de; ALMEIDA, Mariza Silva. Integralidade do cuidado à saúde da mulher: limites da prática profissional. *Escola Anna Nery*, Rio de Janeiro, v. 13, n. 1, p. 154-160, 2009. DOI: doi.org/10.1590/S1414-81452009000100021.

GIL, Antonio Carlos. Métodos e técnicas de pesquisa social. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2019.

LUZ, Milene Mori Ferreira; FRUTUOSO, Maria Fernanda Petrolí. O olhar do profissional da Atenção Primária sobre o cuidado à mulher climatérica. *Interface – Comunicação, Saúde, Educação*, Botucatu, v. 25, e200644, 2021. DOI: 10.1590/interface.200644.

OMS. ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Saúde mental: fortalecendo nossa resposta. Genebra: Organização Mundial da Saúde, 2025. Disponível em: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response?utm_source=chatgpt.com. Acesso em: 13 ago. 2026.