



A ENFERMAGEM E O USO DE FITOTERÁPICOS NO CLIMATÉRIO E NA MENOPAUSA NA ATENÇÃO PRIMÁRIA

Angelica Garcia Couto, Eunice Bernardina Rosa de Souza, Alessandra Cecília de Carvalho, Ana Tereza Canziani Pereira

Área: Políticas Públicas, Programas e Legislação em Saúde, Educação e Ambiente relacionadas às Plantas Medicinais e Fitoterapia

Introdução: A mulher passa por ciclos hormonais com início na menarca e que se estendem até o final da fase menstrual e ciclo reprodutivo, entre os 40 a 65 anos de idade (1). Com a diminuição hormonal, podem ocorrer irregularidades menstruais, hemorragias, ondas de calor, alterações do sono, libido, humor, bem como atrofia dos órgãos genitais, perda de massa óssea, fadiga, melancolia, ansiedade, alguns desses sintomas surgem no climatério. Diante dessas alterações, as terapias hormonais são indicadas para tratamento dos sintomas vasomotores associados ao hipoestrogenismo e síndrome geniturinária da menopausa (2). Na busca de renovar as estratégias para enfrentamento do climatério e menopausa, emergem as práticas integrativas e complementares em saúde, fortalecidas com a criação da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) (3). A implementação dessa política trouxe respaldo legal e ampliação das opções terapêuticas aos usuários do SUS e impulsionou a troca do conhecimento empírico pelo científico (4). Face às evidências de que os fitoterápicos reduzem de forma significativa sintomas da síndrome climatérica, os estudos nessa área apontam para algumas necessidades, como: estudos que avaliem as ações e políticas de saúde voltadas para mulheres nessa fase da vida e delineamento de protocolos na utilização de fitoterápicos, atentando-se para o fato de que a transposição de resultados entre populações com distintos perfis clínico-epidemiológicos deva ser feita com muita cautela. O enfermeiro que integra as equipes de saúde é um profissional habilitado para realizar a escuta qualificada no cuidado e promover ações para a qualidade de vida da mulher (5). Diante do exposto, o objetivo desta pesquisa será desenvolver um Manual de Enfermagem na utilização dos fitoterápicos com evidência científica para redução dos sintomas durante o período de climatério e menopausa.

Objetivos: Realizar uma revisão bibliográfica sobre a utilização dos fitoterápicos durante o período de climatério e menopausa, identificando quais os fitoterápicos e plantas medicinais têm evidências científicas, durante o período do climatério e da menopausa.

Metodologia: Trata-se de uma revisão narrativa que constitui basicamente a análise da literatura publicada em livros, artigos de revistas impressas e/ou eletrônicas na interpretação e análise a respeito dos documentos publicados na base de dados bvs-lilacs, scielo, CAPES, onde foi realizado o levantamento de dados através do resumo dos artigos que reportam o uso de fitoterápicos como alívio dos sintomas do climatério e menopausa.

Resultados: Diante da busca e análise das publicações, ressalta-se que uso de



fitoterápicos representa uma opção terapêutica com menor magnitude sobre os efeitos colaterais, visto que se trata de um conjunto de substâncias extrativas vegetais que atuam em sinergia, também possuem mais propriedades e potencial de interação com mais alvos de cuidado (6; 7). A Resolução da diretoria colegiada (RDC) n. 84, de 17 de junho de 2016 que aprova o Memento Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira e dá outras providências, traz consigo valiosas contribuições à população brasileira. Em sua 1ª edição, o Memento já contribui com informações sobre os fitoterápicos que demonstram grande efetividade para mulher no período do climatério e menopausa, pontuando indicações, contradições, efeitos adversos, as formas farmacêuticas encontradas, como também a forma de utilização, prescrição, demais cuidados a serem obtidos no uso, mostrando segurança e eficácia (8). Plantas medicinais que já têm evidências comprovadas e são citadas no Memento Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira são da espécie *Trifolium pratense* L. (Trevo vermelho) que tem como indicação terapêutica alívio dos sintomas da menopausa; a *Glycine max* (Soja), usada para alívio dos sintomas do climatério (sintomas vasomotores, tais como ondas de calor e sudorese) - fornecida pelo Sistema Único de Saúde - e a *Actea racemosa* L. (Cimicifuga), com indicações terapêuticas para sintomas do climatério (8). Nesse contexto, o enfermeiro, que é o profissional que possui o maior contato com a mulher durante todo o seu ciclo reprodutivo, deve estar habilitado para realizar a escuta qualificada, orientar a paciente a manter hábitos saudáveis dentro de sua realidade socioeconômica, promover ações de melhorias para a qualidade de vida dessas mulheres que estão nessa fase tão singular. Pesquisas demonstram que o uso da fitoterapia como opção terapêutica é uma prática frequente entre mulheres que buscam amenizar os sintomas do climatério e menopausa. Há evidências de que há fitoterápicos que reduzem de forma significativa os sintomas da síndrome climatérica. Entretanto, as pesquisas nesta área apontam para algumas necessidades como: estudos que avaliem as ações e políticas de saúde voltadas para mulheres nessa fase da vida, e de delineamento de protocolos da utilização de fitoterápicos, atentando-se para o fato de que transposição de resultados entre populações com distintos perfis clínico-epidemiológicos deva ser feita com muita cautela.

Considerações finais: Conforme foi se desenvolvendo a pesquisa, foi notório que os fitoterápicos são opções viáveis para o tratamento dos sintomas do climatério e menopausa. A mulher bem assistida e orientada com auxílio do profissional enfermeiro terá essa transição nessa fase da vida, de forma singular e peculiar, atendendo suas necessidades de autoestima e autocuidado. A partir desta pesquisa, tem-se a perspectiva de desenvolver um Manual de Enfermagem para o uso de fitoterápicos no climatério e menopausa para o uso na atenção primária.

Financiamento ou apoio: Financiamento próprio.

Referências

1) SELBAC, M. T. et al. Mudanças comportamentais e fisiológicas determinadas pelo ciclo biológico feminino - climatério à menopausa. Revista Aletheia, v. 51, n.1-2, p. 177-190, 2018. 2) BACARO, L. F. et al. Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia. Propedêutica mínima no climatério.



Femina, v. 50, n. 5, p. 263-271, 2022. 3) BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária - Anvisa. Memento Fitoterápico. Farmacopeia Brasileira. Brasília, DF: Anvisa. 2016. 4) MELO, A. A. C. et al. Assistência à mulher no climatério na atenção básica de saúde. Revista de iniciação científica: Valparaíso de Goiás, v. 2, p. 213-218; 2019. 5) BELTRAMI, A. C. S. et al. Atuação do enfermeiro diante da importância da assistência à saúde da mulher no climatério. Revista mineira da enfermagem, v. 14, Belo Horizonte, 2010. 6) OLIVEIRA, A. K. D. et al. Uso de plantas medicinais e fitoterápicos no climatério e menopausa. Research, Society and Development, v. 10, n. 10, e206101018752, 2021. 7) BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária - Anvisa. Formulário Fitoterápicos Farmacopéia Brasileira. Brasília, DF: Anvisa, 2018. 8) BRASIL. Ministério da Saúde. Protocolos da Atenção Básica: Saúde das Mulheres / Ministério da Saúde, Instituto Sírio-Libanês de Ensino e Pesquisa. Brasília: Ministério da Saúde, p. 197-204, 2016.