



ISSN: 2230-9926

Available online at <http://www.journalijdr.com>

IJDR

International Journal of Development Research
Vol. 10, Issue, 09, pp. 40860-40865, September, 2020
<https://doi.org/10.37118/ijdr.20063.09.2020>



RESEARCH ARTICLE

OPEN ACCESS

USO DA FITOTERAPIA POR MULHERES NA FASE DO CLIMATÉRIO: UMA INVESTIGAÇÃO EM UNIDADES BÁSICAS DE SAÚDE

Karyanna Alves de Alencar Rocha*¹, Anna Karynna Alves de Alencar Rocha², Julliany Larissa Correia Santos³, Mayrla de Sousa Coutinho⁴, Fagner Arruda de Lima⁵, Viviane Cristina Fonseca da Silva Jardim¹, Eliane Maria Ribeiro Vasconcelos¹ and Cristina Ruan Ferreira de Araújo⁸

¹Universidade Federal de Pernambuco; ²Instituto do Cérebro, Universidade Federal do Rio Grande do Norte; ³Hospital Barão de Lucena; ⁴Universidade Estadual da Paraíba; ⁵Instituto de Medicina Integral Professor Fernando Figueira; ⁶Universidade Federal de Campina Grande

ARTICLE INFO

Article History:

Received 17th June 2020
Received in revised form
29th July 2020
Accepted 22nd August 2020
Published online 30th September 2020

Key Words:

Saúde da mulher; Climatério;
Plantas medicinais; Fitoterápicos.

*Corresponding author:

Karyanna Alves de Alencar Rocha,

ABSTRACT

Resumo - Este estudo teve como objetivo conhecer a utilização da fitoterapia no tratamento dos sintomas causados por esta. O cenário da pesquisa foi a atenção básica à saúde. A amostra foi composta por 357 mulheres atendidas em seis Unidades Básicas de Saúde. Uma entrevista estruturada foi utilizada para a coleta de dados. Foram utilizadas estatísticas descritivas e medidas de associação, testadas pelo qui-quadrado. Com idade média de 47,9 anos, verificou-se que a maioria das participantes relatou fogachos (67,22%) e irritabilidade (61,62%) como sintomas mais frequentes, característicos da fase do climatério. Verificou-se que 32,22% das mulheres usam plantas medicinais para o alívio desses sintomas, sendo as mais recorrentes: Matricariachamomilla (26,08%) e Melissa officinalis (21,73%), nas quais a finalidade principal do uso era calmante (40,86%), com melhora em 70,43% dos casos. A orientação para o uso de plantas medicinais partiu dos profissionais de saúde em apenas 10,43% dos casos. Assim, identificou-se que uma pequena proporção das mulheres utilizava fitoterápicos como forma de tratamento para o alívio dos sintomas do climatério. Ressaltamos o papel da Estratégia Saúde da Família como um espaço indispensável para os profissionais de saúde e a comunidade abordarem a atenção à saúde da mulher no período do climatério.

Copyright © 2020, Karyanna Alves de Alencar Rocha et al. This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

Citation: Karyanna Alves de Alencar Rocha, Anna Karynna Alves de Alencar Rocha, Julliany Larissa Correia Santos et al., 2020. "Uso da fitoterapia por mulheres na fase do climatério: uma investigação em unidades básicas de saúde", *International Journal of Development Research*, 10, (09), 40860-40865.

INTRODUCTION

O climatério é um acontecimento biopsicossocial que consiste em um período de transição entre a fase reprodutiva e a fase não reprodutiva da mulher, e que se estende por vários anos após a última menstruação (SILVA; SILVA; PESRES, 2019). Por ocorrer em virtude da diminuição natural dos hormônios sexuais produzidos pelos ovários, o climatério acaba causando um grande impacto na qualidade de vida sexual das mulheres, as quais podem apresentar além de fogachos, uma diminuição da libido e, conseqüentemente, da frequência e número de relações sexuais (ALCÂNTARA; NASCIMENTO; OLIVEIRA, 2020). No que diz respeito à menopausa, é um processo natural presente no ciclo de vida das mulheres, o qual ocorre após doze meses da última menstruação e a cessação da atividade hormonal, fazendo com que a mulher perca a

capacidade de reprodução. Tendo em conta a expectativa de vida das mulheres nos países desenvolvidos, tem sido demonstrado que o período pós-menopausa constitui um terço da vida de uma mulher (FILHO *et al.*, 2015). A adoção de hábitos saudáveis, mudança na alimentação, a prática de exercícios físicos, e o uso de fitoterapia, constituem alternativas para o alívio dos sintomas do climatério e a prevenção de suas conseqüências em longo prazo, justificando as razões para o uso de remédios naturais. Portanto, a fitoterapia, na atualidade, tem se mostrado como importante opção terapêutica no climatério, especialmente no tratamento da sintomatologia associada (LANDETE *et al.*, 2015). O climatério pode ser descompensado, quando há presença dos sintomas, e compensado quando o climatério é assintomático ou a presença dos sintomas em leve intensidade não gera incômodo para a mulher. Para o climatério descompensado,

particularmente, há alguns fitoterápicos com capacidade de estimular os receptores hormonais específicos (receptores beta), melhorando ou aliviando assim, as manifestações clínicas apresentadas. A diferença desses fitoterápicos é a sua ação altamente seletiva, sendo considerados Moduladores Seletivos dos Receptores Estrogênicos (SERMs), fazendo com que tais propriedades tenham baixíssimos índices de efeitos colaterais (BRASIL, 2011). Os principais fitoterápicos utilizados no climatério são comumente conhecidos como fitoestrogênios (termo usado para definir classes de compostos não-esteróides derivado de plantas). Portanto, a exposição aos fitoestrogênios para os seres humanos é principalmente através do padrão alimentar, presentes em alimentos como ervas e temperos (alho, salsa), grãos (trigo, arroz), legumes (soja, feijão, cenoura, batata), frutas (romã, cereja, maçã) e café (LANDETE *et al.*, 2015). A semelhança com os estrogênios e a vantagem de serem fontes vegetais, causam o rápido aumento de seu consumo, especialmente na última década, não importando a existência de evidência científica de apoio sobre seus efeitos biológicos (GELATTI; OLIVEIRA; COLET, 2016). As ações e benefícios da fitoterapia através do vínculo da população com a atenção básica torna-se campo fértil para suas potencialidades de forma multiprofissional. A aproximação entre os profissionais da saúde e a comunidade torna a relação mais horizontal, fortalecendo o papel da Estratégia de Saúde da Família (ESF) como primeiro contato do usuário com o Sistema Único de Saúde (SUS), ampliando as ofertas de cuidado com a saúde, favorecendo o princípio da integralidade (BRASIL, 2011). Diante do exposto, a ESF como a principal porta de entrada para o sistema público de saúde, atuando prioritariamente na articulação entre a promoção da saúde e a prevenção de agravos, torna-se um espaço indispensável na assistência à saúde da mulher no período do climatério. Logo, objetiva-se conhecer o uso da fitoterapia para tratamento de sintomas provocados por este.

MÉTODOS

Esta pesquisa obteve aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Hospital Universitário Alcides Carneiro da Universidade Federal de Campina Grande (UFCG) sob o número de inscrição 42233015.1.0000.5182, parecer 1.126.230. Trata-se de um estudo do tipo transversal, de abordagem quantitativa, com caráter explicativo e descritivo. As entrevistas foram programadas a partir de consulta prévia do agendamento de cada UBS para os dias de atendimento à mulher, foram realizadas individualmente, entre os meses de junho a outubro de 2015. A população foi composta por mulheres presentes na faixa etária dos 35 aos 65 anos, de qualquer raça, crença/religião ou não e com registro de prontuário em uma das seis Unidades Básicas de Saúde da cidade de Campina Grande - PB. Para designação das unidades foi realizado um sorteio, com base na divisão distritos sanitários de I a VIII, realizada pela Secretaria de Saúde do Município de Campina Grande, em que, cada distrito tem uma respectiva UBS. Foram excluídos os distritos VII e VIII, que abrangem a área geográfica dos distritos municipais de São José da Mata e Galante, justificando-se pelas dificuldades de acesso dos pesquisadores. Partindo-se de tal sorteio, realizou-se um levantamento prévio e uma média do quantitativo de mulheres presentes no registro do citológico das UBS supracitadas e verificou-se uma média de 7200 mulheres climatéricas presentes na faixa etária de 35 a 65 anos, no período de janeiro de 2013 a janeiro de 2015. Assim, foi realizado um cálculo amostral partindo do tamanho da

população (N) = 7.200; nível de significância (α) de 5%; a percentagem com a qual o fenômeno se verifica (p) de 32% – em relação à população feminina brasileira; e erro padrão (e) de 5%, constando assim, em uma amostra populacional (n) de 350 mulheres. Para coleta de dados foi utilizado entrevista estruturada. Para validar o instrumento de coleta, foi realizado um teste piloto realizado com 10% da amostra calculada, não repetida posteriormente na coleta de dados da pesquisa, cumprindo os procedimentos previstos para tabulação, análise e leitura dos dados, havendo discreta alteração nas questões elaboradas.

As entrevistas foram realizadas nas dependências das unidades de saúde, em local de escolha da participante, contando com a participação de 09 aplicadores, além da própria pesquisadora, todos integrantes do Programa de Educação Tutorial Conexões de Saberes Fitoterapia. Para tanto, foi utilizado um formulário abordando variáveis acerca da caracterização socioeconômica; perfil do climatério e formas de utilização da fitoterapia. A variável cor ou raça foi classificada em branca e não branca (amarela, parda, preta e indígena), a renda foi classificada como alta renda (Classes A, B e C) e baixa renda (Classes D e E) mediante definição de classes feita pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). A escolaridade foi definida a partir de ensino primário incompleto (≤ 5 anos de estudo) e ensino primário completo (> 5 anos de estudo), a prática de atividade física foi classificada em sedentária (atividade física ausente ou < 3 /semana) e não sedentária (atividade física ≥ 3 /semana). Para a análise quantitativa do estudo, os dados coletados, foram digitados no Software Excel, em seguida submetidos a um tratamento estatístico utilizando o Software StatisticalPackage for Social Science for Windows (SPSS) version 20.0. Foi verificada consistência e validade do banco de dados. Para variáveis categóricas foram contabilizadas frequências em números absolutos e percentagens, além de realizado o cálculo de qui-quadrado, o intervalo de confiança e a razão de prevalência, assumindo-se um grau de confiança de 95%. As mulheres submetidas à entrevista foram esclarecidas a respeito do estudo, antes de atestar a voluntariedade firmada por meio da assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) para maiores de 18 anos. O anonimato em meio à publicação dos resultados foi preservado bem como o sigilo de dados confidenciais. Todo o processo foi realizado de acordo com a Resolução nº466/2012 do Ministério da Saúde (MS), que trata da pesquisa com seres humanos (BRASIL, 2012).

RESULTADOS

Os resultados foram organizados nas seguintes dimensões: perfil socioeconômico das mulheres na fase do climatério; ciclo menstrual, sintomas mais frequentes e forma de tratamento utilizado; plantas medicinais e/ou fitoterápicos mais utilizados para alívio dos sintomas; relação socioeconômica com o uso da fitoterapia; relação da vivência do climatério e menopausa com a utilização da fitoterapia. Nesta pesquisa observa-se mulheres com um perfil apresentando idade superior a 47 anos (54,34%), da cor parda (53,23%), classe E (55,75%), com apenas o 1º grau completo (41,46%), não sedentária (33,89%), não tabagistas (85,16%) e não etilistas (77,32%). Nota-se que a maior parte das mulheres não menstrua há mais de 1 ano (45,38%), relata ter sintomas característicos do climatério (88,24%), relata fogacho como sintoma mais frequente (67,22%) e não utiliza nenhuma forma de tratamento (46,22%).

Tabela 1. Perfil do climatério em mulheres atendidas em seis Unidades Básicas de Saúde da cidade de Campina Grande-PB, Brasil, 2020

Variáveis	n=357	%
Ciclo menstrual		
Regular	124	34,73%
Irregular	71	19,88%
Não menstrua há mais de 1 ano	162	45,37%
Presença de sintomas característicos da fase		
Sim	315	88,23%
Não	33	9,24%
Não sabe ou não respondeu	9	2,52%
Sintomas		
Fogacho	240	67,22%
Irritabilidade	220	61,62%
Ansiedade	210	58,82%
Cefaléia	194	54,34%
Insônia	178	49,85%
Suor noturno	149	41,73%
Tristeza ou depressão	143	40,05%
Tontura	142	39,77%
Ressecamento vaginal	110	30,81%
Tipo de tratamento utilizado		
Farmacológico	77	21,56%
Plantas medicinais e/ou fitoterápicos	115	32,21%
Nenhum	165	46,21%
TOTAL	357	100%

Fonte: Dados da pesquisa, 2020

As principais finalidades do uso eram: calmante (40,86%), aliviar os sintomas de forma geral (26,95%) e ajudar a dormir (10,43%). O alívio dos sintomas esteve presente em 70,43% das mulheres. A indicação para uso de plantas medicinais partiu da família em 55,65% dos casos e dos profissionais de saúde em 10,43%.

Tabela 2. Plantas medicinais e/ou fitoterápicos mais utilizados para alívio dos sintomas característicos da fase do climatério, finalidade e indicação do uso em seis Unidades Básicas de Saúde da cidade de Campina Grande-PB, Brasil, 2020

Variáveis	n=115	%
Plantas medicinais ou fitoterápicos		
Camomila (<i>Matricaria chamomilla</i>)	30	26,08%
Erva cidreira (<i>Melissa officinalis</i>)	25	21,73%
Amora (<i>Morus</i>)	9	7,82%
Erva doce (<i>Pimpinella anisum</i>)	8	6,95%
Boldo do chile (<i>Peumus boldus</i>)	8	6,95%
Fitoterápicos	5	4,34%
Hortelã (<i>Mentha</i>)	4	3,47%
Chá verde (<i>Camelliasinensis</i>)	3	2,60%
Espinheira santa (<i>Maytenus ilicifolia</i>)	2	1,73%
Hibisco (<i>Hibiscus</i>)	2	1,73%
Outros (Canela, Capim santo, etc)	19	16,52%
Finalidade de uso		
Calmante	47	40,86%
Aliviar os sintomas de modo geral	31	26,95%
Ajudar a dormir	12	10,43%
Aliviar o calor	8	6,95%
Aliviar a ansiedade	6	5,21%
Aliviar a cefaléia	3	2,60%
Outras (Tontura, cólica, etc)	8	6,95%
Alívio dos sintomas		
Sim	81	70,43%
Não	11	9,56%
Às vezes	16	13,91%
Não sabe	7	6,08%
Indicação de uso		
Família	64	55,65%
Amigos	25	21,73%
Profissional da saúde	12	10,43%
Mídia	9	7,82%
Não lembra ou não sabe	5	4,34%
TOTAL	115	100%

Fonte: Dados da pesquisa, 2020.

O uso da fitoterapia foi 52% maior nas mulheres acima de 47 anos, apresentando diferença estatística ($p=0,008$). Quanto à prática de exercícios físicos, o uso da fitoterapia foi 80% maior nas mulheres não sedentárias, apresentando diferença estatística ($p=0,000$). Com relação aos hábitos de vida, o uso da fitoterapia foi 27% maior nas mulheres tabagistas e 10% maior nas mulheres que consumiam bebida alcoólica, não apresentando diferença estatística em ambos os grupos. O uso da fitoterapia foi 24% maior entre as mulheres de alta renda, e 15% maior nas mulheres com ensino primário incompleto, ambos os grupos também sem apresentar diferença estatística. O uso da fitoterapia foi 9% maior nas mulheres que afirmaram ter conhecimento sobre o que é o climatério, 18% maior nas mulheres que se consideravam no climatério, e 73% maior nas mulheres que relataram apresentar os sintomas característicos da fase, sem apresentar diferença estatística em ambos os grupos. Quanto aos sintomas, podemos observar que o uso da fitoterapia foi 71% maior nas mulheres que relataram apresentar ansiedade, 67% nas mulheres que apresentavam insônia, 49% nas que tinham sudorese noturna e 85% nas mulheres que relataram ter tristeza/depressão, apresentando diferença estatística ($p=0,002$, $p=0,001$, $p=0,010$ e $p=0,000$, respectivamente). Podemos notar ainda, que o uso da fitoterapia foi maior em 27% das mulheres que apresentavam fogachos, 22% maior nas que apresentavam irritabilidade e cefaleia, 23% nas que apresentavam tontura e 17% maior nas mulheres que relataram ressecamento vaginal.

DISCUSSÃO

O climatério e a menopausa são períodos da vida que estão associados a grandes mudanças, e é despertado por muitas mulheres um interesse particular na sua saúde, bem-estar e qualidade de vida nesses momentos. As manifestações do climatério dependem de fatores fisiológicos, psicológicos e fatores socioculturais. Portanto, a busca por orientação de um profissional de saúde é necessária para redução dos sintomas provocados por este (MENDONZA *et al.*, 2016). Esse período da vida se revela em uma faixa etária entre 35 e 65 anos, nesta pesquisa observamos uma média de idade de $47,89 \pm 7,57$ (média \pm D.P.). Este resultado foi similar à outros estudos brasileiros, como o de Lui Filho e outros autores (2015), e o de Santos e colaboradores (2016), no qual a média de idade da ocorrência do climatério foi de $46,5 (\pm 5,83)$ anos e $47,43 (\pm 4,70)$ respectivamente. Corroborando também com os dados do estudo realizado por Mendoza e outros autores (2016), na Espanha, em que a média de idade foi de $48,7 (\pm 3,70)$. Observou-se que um maior número de mulheres dispõem de até oito anos de estudo. Nesta direção, demonstrou-se que baixos níveis de educação, emprego e renda constituem fatores agravantes na condição das mulheres climatéricas. É importante considerar que a falta de acesso à saúde em serviços e programas exacerba a situação, como ressaltam Santos, Pereira e Santos (2016).

Quando questionadas sobre ciclo menstrual 45,37% das mulheres respondeu não menstruar há mais de 01 ano, enquanto 34,73% das mulheres tinham fluxo menstrual regular. Entretanto, outro estudo também realizado com mulheres de idades entre 35 e 60 anos obteve que a maioria relatou ter fluxo menstrual regular (70%) e apenas 30% respondeu ter cessado o ciclo menstrual naturalmente há 01 ano ou mais (SANTOS; SILVA; MARTINS, 2016). No que concerne à presença dos sintomas característicos da fase do climatério, 88,23% das entrevistadas relatou ter pelo menos

Tabela 3. Perfil socioeconômico e o uso da fitoterapia por mulheres na fase do climatério da cidade de Campina Grande-PB, Brasil, 2020

Variáveis	Uso da fitoterapia		Total	p	IC mín.	IC máx.	RP
	Sim	Não					
Idade	n	n					
>47	74	118	192	0,008*	1,11	2,10	1,52
≤47	41	121	162				
Total	115	239	354				
Cor ou raça							
Não branca	76	162	238	0,750	0,70	1,30	0,95
Branca	39	77	116				
Total	115	239	354				
Sedentarismo							
Não sedentária	55	63	118	0,000*	1,37	2,45	1,83
Sedentária	60	176	236				
Total	115	239	354				
Tabagismo							
Tabagista	20	30	50	0,239	0,87	1,85	1,27
Não tabagista	95	206	301				
Total	115	236	351				
Consumo de bebida Alcoólica							
Sim	28	52	80	0,585	0,78	1,56	1,10
Não	87	187	274				
Total	115	239	354				
Renda							
Alta renda	101	208	309	0,461	0,69	2,21	1,24
Baixa renda	9	25	34				
Total	110	233	343				
Escolaridade							
Ensino primário incompleto	64	122	186	0,370	0,85	1,56	1,15
Ensino primário completo	50	117	167				
Total	114	239	353				

Fonte: Dados da pesquisa, 2020.

Tabela 4. Vivência do climatério e o uso da fitoterapia por mulheres na fase do climatério da cidade de Campina Grande-PB, Brasil, 2020

Variáveis	Uso da fitoterapia		Total	p	IC mín.	IC máx.	RP
	Sim	Não					
Sabe o que é climatério?	n	n					
Não	40	77	117	0,592	0,80	1,49	1,09
Sim	74	162	236				
Total	115	239	354				
Se considera no Climatério?							
Sim	85	166	251	0,350	0,83	1,68	1,18
Não	29	72	101				
Total	114	238	352				
Presença de sintomas							
Sim	105	209	314	0,109	0,82	3,6	1,73
Não	6	25	31				
Total	111	234	345				
Ansiedade							
Sim	82	127	209	0,002*	1,20	2,45	1,71
Não	30	101	131				
Total	112	228	340				
Insônia							
Sim	72	106	178	0,001*	1,21	2,31	1,67
Não	39	122	161				
Total	111	228	339				
Sudorese noturna							
Sim	60	89	149	0,010*	1,10	2,01	1,49
Não	52	140	192				
Total	112	229	341				
Fogachos							
Sim	83	156	239	0,189	0,88	1,81	1,27
Não	28	74	102				
Total	111	230	341				
Irritabilidade							
Sim	76	143	219	0,231	0,87	1,72	1,22
Não	34	86	120				
Total	110	229	339				
Cefaleia							
Não	53	92	145	0,208	0,90	1,65	1,22
Sim	58	135	193				
Total	111	227	338				
Tontura							
Sim	51	90	141	0,200	0,90	1,67	1,23
Não	57	136	193				
Total	108	226	334				
Ressecamento vaginal							
Sim	39	70	109	0,349	0,85	1,61	1,17
Não	69	156	225				
Total	108	226	334				
Tristeza/depressão							
Sim	61	81	142	0,000*	1,34	2,54	1,85
Não	44	145	189				
Total	105	226	331				

Fonte: Dados da pesquisa, 2020.

realizado por Santos e colaboradores (2016) com mulheres de idades entre 45 e 60 anos, no qual, constatou que todas as participantes relataram apresentar sintomas, entre elas: 36,8% apresentaram sintomatologia climatérica leve, 56,3% moderada e 6,9% severa. Porém, um estudo realizado com mulheres que vivem na Polónia, Bielorrússia, Ucrânia, República Checa e Eslováquia de idades entre 50 e 65 anos, observou que destas mulheres, 31,5-34,2% não relatou quaisquer sintomas relativos à fase do climatério (BOJAR *et al.*, 2016). Quanto aos sintomas referidos no período do climatério, diversos incomodam e interferem nas atividades diárias, repercutindo no seu comportamento social, familiar e profissional (SANTOS; PEREIRA; SANTOS, 2016). Nossos dados mostram que os fogachos ou ondas de calor é o sintoma mais frequente (67,22%), seguido de irritabilidade (61,22%) e ansiedade (58,82%). Estes, estão entre os três sintomas mais relatados, o que corrobora com o estudo realizado por Silva e Tanaka [20], no qual a irritabilidade (78,3%), desconforto muscular e articular (74,8%) e ansiedade (72,7%) aparecem, como sintomas mais frequentes. Como sintoma menos frequente entre as mulheres do presente estudo, os dados trazem o ressecamento vaginal (30,81%), possivelmente pelo constrangimento visível e relatado verbalmente pelas mulheres com relação ao sintoma. Entretanto, Brito e colaboradores (2016) constataram o ressecamento vaginal como um dos sintomas mais citados (60%). Podemos ressaltar então, que as queixas relatadas pelas mulheres envolvem não apenas as dimensões físicas, mas também as psicológicas. Deste modo, é de grande importância que haja uma assistência integral à saúde da mulher, almejando a melhoria da qualidade de vida das mulheres, redução dos sintomas e impactos provocados por este, na fase do climatério.

O alívio dos sintomas do climatério e a prevenção de suas consequências a longo prazo justificam as razões para o uso de remédios naturais e, em particular, para o uso da fitoterapia (GELATTI; OLIVEIRA; COLET, 2016). Para a obtenção do alívio dos sintomas do climatério, os resultados do nosso estudo mostrou que a maior parte das mulheres não recorrem a nenhuma forma de tratamento (46,21%), seguido das que optam por fazer uma terapia considerada por elas como “natural e barata”, que é o uso das plantas medicinais e/ou fitoterápicos (32,21%). Poucas mulheres afirmaram ter algum conhecimento relacionado ao climatério, fato este, que pode ter tido influência negativa na busca por orientação adequada e, conseqüentemente no acesso às terapias, medicamentosas ou alternativas, disponíveis. De acordo com Valeriano e colaboradores (2017), o uso da fitoterapia como forma de tratamento e cura cresce em todas as classes sociais e regiões do mundo. No nosso estudo, as plantas mais citadas foram a Camomila (*Matricariachamomilla*) (26,08%), Erva cidreira (*Melissa officinalis*) (21,73%) e a Amora (*Morus*) (7,82%). Segundo Zanette (2013), os fitoterápicos são ainda pouco conhecidos pelos profissionais de saúde e pela comunidade, pois qualquer medicamento deve ser realizada a oferta de informação para posterior segurança e eficácia de uso. De fato, esta foi a realidade que encontramos em nossa pesquisa, visto que apenas 4,34% das mulheres faziam uso de fitoterápicos. A recomendação da *Matricariachamomilla* é para quadros leves de ansiedade, como calmante suave, assim como a *Melissa officinalis*, que pode ser utilizada com a mesma finalidade, além de casos de insônia (BRASIL, 2011). Com relação à *Morus*, os dados de um estudo realizado por Miranda (MIRANDA *et al.*, 2010), mostram que nove das dez mulheres entrevistadas, utilizavam-na para redução dos sintomas do

climatério, especialmente o alívio dos fogachos. Essas informações justificam os principais motivos relatados da utilização das plantas medicinais em nosso estudo: calmante (40,86%), aliviar os sintomas de modo geral (26,95%), ajudar a dormir (10,43%) e aliviar o calor ou fogachos (6,95%). Com relação ao alívio dos sintomas, os dados do nosso estudo demonstram que a maior parte das mulheres entrevistadas (70,43%), relatam obter alívio ou redução dos sintomas do climatério a partir do uso das plantas medicinais e fitoterápicos. Fato este, que relacionado aos relatos positivos das mulheres à respeito dos efeitos das plantas medicinais e fitoterápicos podemos observar grande aceitação da fitoterapia pela maioria. Oliveira, Severo e Gabriel (2017), apontam que o conhecimento sobre a utilização de plantas medicinais está relacionado com o aumento da idade. Pessoas com idade superior a 35 anos são os detentores do saber popular, retratando a possibilidade de que indivíduos mais jovens não se interessam tanto por esse tipo de conhecimento. Condição que corrobora com os dados apresentados em nosso estudo, no qual, observou-se que há diferença entre as gerações com relação à prática da fitoterapia para alívio dos sintomas.

Os dados do nosso estudo indicam que as mulheres com idade acima de 47 anos recorrem mais ao uso da fitoterapia do que as mulheres com idade igual ou inferior à 47 anos ($p=0,008$), consequência que podemos associar ao conhecimento acumulado ao longo de gerações, já que a maioria das entrevistadas teve a prática aprendida e enraizada nos costumes familiares. Esses dados indicam a importância de conhecer e considerar as crenças, valores e práticas culturais de cuidado no processo de planejamento e implementação da assistência à saúde e enfermagem. O climatério é acometido por várias mudanças biopsicossociais, no qual, a mulher vivencia cerca de 1/3 da sua vida. É essencial que a Estratégia de Saúde, especialmente no que se refere à qualidade de vida, forneça orientações, para dentre outros aspectos, contribuir para a promoção e manutenção da saúde da mulher no climatério, como a adoção de hábitos saudáveis, evitando comprometer a qualidade de vida (SOUSA *et al.*, 2012). Nesse sentido observamos uma associação positiva entre o não sedentarismo e o uso de plantas medicinais, visto que 83% das mulheres não sedentárias faziam uso de tal prática, e resultados semelhantes são obtidos por outros estudos, como de Silva e Tanaka (2013). Na avaliação de cada sintoma, a tristeza/depressão ($p=0,000$), ansiedade ($p=0,002$), insônia ($p=0,001$) e a sudorese noturna ($p=0,010$) apresentaram diferença estatística entre os grupos. Dentre os sintomas característicos do climatério, a literatura relata como mais frequentes, os sintomas vasomotores (fogachos e sudorese noturna), seguido de sintomas psicológicos (ansiedade, irritabilidade, insônia e tristeza/depressão) e distúrbios sexuais (BRITO *et al.*, 2016) (PEREIRA *et al.*, 2009). Fundamentando o interesse pela fitoterapia, na busca por alternativas de redução dos sintomas.

O surgimento do interesse pela fitoterapia para o alívio dos sintomas do climatério deu-se a partir de estudos epidemiológicos relatando a ausência de sintomas vasomotores como os fogachos em mulheres de países asiáticos. Associa-se à esse fato, o elevado consumo de soja, com a redução da frequência de fogachos durante o período climatérico (DALAI; AGARWAL, 2015). De acordo com Franco (2016), mesmo o climatério sendo um processo natural, a maioria das mulheres necessita de informações sobre as alterações fisiológicas e suas consequências futuras. Condição encontrada em um estudo

multicêntrico, observacional, transversal, realizado por Mendoza (2016), com 3022 mulheres pós-menopáusicas, em que as mulheres possuíam pouca (31,8%), ou nenhuma informação (60%) sobre o climatério e as terapias disponíveis para o alívio dos sintomas. Dado alarmante, no qual, por se tratar de um grupo numeroso, a estatística com relação à falta de informação pode ser ainda mais elevada quando generalizada à uma população. Como limitação do estudo ressalta-se que a amostra da pesquisa não envolveu todas as UBS que compõem o município. Como propostas para outros estudos, sugere-se a avaliação dos serviços na perspectiva da gestão, dos profissionais e das usuárias, e intervenções de educação em saúde abordando os temas da fitoterapia e a saúde da mulher, cobrado por várias mulheres durante a coleta de dados do presente estudo.

CONCLUSÃO

Apesar do conhecimento popular ter grande importância na construção do processo saúde-doença, verificou-se um certo grau de limitação no uso dessa terapêutica por mulheres na fase do climatério e menopausa. Devido à falta de informação, o climatério e menopausa passou a ser um evento crítico abalando a estrutura emocional, física e social. Dessa forma, mesmo em pequena proporção, algumas mulheres recorrem ao uso de plantas de efeito terapêutico. Sendo assim, apontamos para a necessidade de intervenções educativas na atenção básica, buscando trazer para essa parcela da população, conhecimentos que possam ser incluídos no seu cotidiano, a fim de garantir uma melhoria na qualidade de vida. Observou que uma boa parte dos sintomas, como a tristeza/depressão, ansiedade, insônia e sudorese noturna, eram tratados pelo uso da fitoterapia, e a mesma era mais praticada por mulheres acima de 47 anos e não sedentárias, evidenciando a importância da adoção de hábitos saudáveis neste período. Ressalta-se ainda, a importância do(a) enfermeiro(a) como profissional da saúde, buscando compreender a mulher nessa fase, para orientar suas ações da melhor forma, esclarecer a respeito dos tabus, do desconforto e desconhecimento que esse período proporciona para a maioria das mulheres, dando apoio e suporte, e atendendo às suas necessidades, já que os profissionais de saúde das Unidades Básicas de Saúde da cidade de Campina Grande-PB, parecem não mensurar a importância desse período da vida da mulher na melhoria da qualidade de vida.

REFERÊNCIAS

- Alcântara *et al.* (2020). Conhecimento das mulheres e dos homens referente ao climatério e menopausa, *Enferm. Foco*; 11 (1): 44-49
- Bojar *et al.* (2016). Intensification of menopausal symptoms among female inhabitants of East European countries, *Annals of Agricultural and Environmental Medicine*. 23.
- Brasil (2011). Ministério da Saúde, Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira, primeira ed., Brasília.
- Brasil (2011). Ministério da Saúde, Plantas medicinais e fitoterápicos, Conselho Regional de Farmácia do Estado de São Paulo, São Paulo.
- Brasil (2012). Ministério da Saúde. Resolução 466/2012. Diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. Ministério da Saúde/Conselho Nacional de Saúde, Brasília.
- Brito *et al.* (2016). Ocorrência de Sintomas Clínicos em Mulheres Climatéricas Assistidas em um serviço de referência em São Luís, Maranhão, *Revista de Pesquisa em Saúde*. 17. 102-105.
- Dalai e Agarwal (2015). Postmenopausal syndrome. Lucknow, Uttar Pradesh, India: Department of Psychiatry, KG's Medical University. 57. 222-232.
- Filho *et al.* (2015). Epidemiologia da menopausa e dos sintomas climatéricos em mulheres de uma região metropolitana no sudeste do Brasil: inquérito populacional domiciliar, *Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia*. 37.
- Franco *et al.* (2016). Use of Plant-Based Therapies and Menopausal Symptoms A Systematic Review and Meta-analysis, *Journal of the American Medical Association*. 315. 2554-2563.
- Gelatti *et al.* (2016). Potenciais interações relacionadas ao uso de medicamentos, plantas medicinais e fitoterápicos em mulheres no período do climatério, *J. res.: fundam. care. online*. 8(2):4328-4346.
- Landete *et al.* (2015) Bioactivation of phytoestrogens: Intestinal Bacteria and Health, *Critical Reviews in Food Science and Nutrition*.
- Mendoza *et al.* (2016). Factors determining the use of hormonal therapy and phytotherapy in Spanish postmenopausal women. *International Menopause Society*.
- Miranda *et al.* (2010) Uso etnomedicinal do chá de *Morus nigra* L. no tratamento dos sintomas do climatério de mulheres de Muriaé, Minas Gerais, Brasil, *HU Revista*. 36. 61-68.
- Oliveira *et al.* (2017). Conhecimento popular sobre o uso de plantas medicinais na terceira idade: cuidados de enfermagem em uma revisão integrativa. *Brazilian Journal of Surgery and Clinical Research – BJSCR*. v.20,n.2,pp.146-152
- Santos *et al.* (2016) Intensity of climacteric symptoms in postmenopausal women, *Revista Rene*. 17. 224.
- Silva e Tanaka (2013). Factors associated with menopausal symptom severity in middle-aged Brazilian women from the Brazilian Western Amazon, *Maturitas*. 76. 64-69.
- Silva *et al.* (2019). Fatores que influenciam a depressão no período do climatério. *Revista JRG de Estudos Acadêmico*. v. II, n.5. 93-96.
- Sousa *et al.* (2012). Educação em saúde como ferramenta à mulher no climatério: subsídios para o cuidado de enfermagem, *Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental*. 4, 2616-2622.
- Valeriano *et al.* (2017). O Uso da Fitoterapia na Medicina por Usuários do SUS: Uma Revisão Sistemática. *I Id on Line Rev. Psic.* v.10, n. 33, Supl. 2.
- Zanette *et al.* (2011). Prevalência do uso da fitoterapia para alívio de sintoma apresentados em pacientes climatérica *Prevalence of the phytotherapy use for symptoms relief present in climacterics patients*, *Arquivos Catarinenses de Medicina*. 40.