

# USO DA HOMEOPATIA FRENTE AOS SINTOMAS CLIMATÉRICOS SOB A PERCEPÇÃO DE FUNCIONÁRIAS DE ESCOLAS MUNICIPAIS DE SETE LAGOAS-MG

Sue Ellen de Fátima Martins Santos<sup>1</sup>

Juliana Neves de Paula e Souza<sup>2</sup>

## RESUMO

O climatério é uma fase fisiológica da vida da mulher caracterizada pelo aparecimento de sinais e sintomas que podem ser atenuados pela reposição hormonal, que pode apresentar efeitos colaterais. Neste contexto, percebe-se a busca pelos tratamentos não hormonais. Assim, este estudo teve o objetivo de discutir as contribuições da Homeopatia para as mulheres que apresentam sintomas climatéricos, tendo em vista os riscos associados ao uso da Terapia de Reposição Hormonal. Trata-se de uma pesquisa de campo, quantitativa, de natureza empírica, realizada com 37 mulheres, funcionárias de duas escolas municipais de Sete Lagoas – Minas Gerais. A maioria das participantes (86,5%) afirmam a presença de pelo menos um sintoma climatérico e as demais (13,5%), perceberam os sintomas, porém, demonstraram incerteza quanto à origem. A maioria percebeu os primeiros sintomas entre 46 e 50 anos (32,4%) e entre 51 e 55 anos de idade (24,3%) e os avaliaram como leves (45,9%) ou moderados (37,8%). O sintoma de maior ocorrência foram as ondas de calor (89,2%). Das entrevistadas, 89,2% nunca utilizaram Repositores Hormonais, sendo que 51,4% associaram ao maior risco de câncer de mama. A maioria já ouviu falar sobre os medicamentos homeopáticos (91,9%), porém, apenas 29,7% os utilizam para melhorar os sintomas climatéricos. Conclui-se que ainda há falta de informações sobre a sintomatologia do climatério e as alternativas da reposição tradicional. Além disso, as mulheres reconhecem que o uso da Homeopatia pode contribuir para a melhoria dos sintomas climatéricos, especialmente, das ondas de calor, insônia e aspecto da pele e cabelos.

**Descritores:** Terapia de reposição hormonal. Homeopatia. Climatério. Menopausa.

## ABSTRACT

Climacteric is a physiological phase of a woman's life characterized by the appearance of signs and symptoms that can be mitigated by hormone replacement, which can have side effects. In this context, the search for non-hormonal treatments is perceived. Thus, this study aimed to discuss the contributions of Homeopathy to women who have climacteric symptoms, in view of the risks associated with the use of Hormone Replacement Therapy. It is an empirical quantitative field research carried out with 37 women, employees of two municipal schools in Sete Lagoas - Minas Gerais. Most of the participants (86.5%) affirm the presence of at least one climacteric symptom and the others (13.5%), perceived the symptoms, however, demonstrated uncertainty regarding the origin. Most noticed the first symptoms between 46 and 50 years old (32.4%) and between 51 and 55 years old (24.3%) and rated them as mild (45.9%) or moderate (37.8%). The most common symptom was hot flashes (89.2%). Of the interviewees, 89.2% never used Hormone Repositors, and 51.4% associated it with a higher risk of breast cancer. Most have heard about homeopathic medicines (91.9%), however, only 29.7% use them to improve climacteric symptoms. It is concluded that there is still lack of information about the symptoms of the climacteric and the alternatives of traditional replacement. In addition, women recognize that the use of Homeopathy can contribute to the improvement of climacteric symptoms, especially, of hot flashes, insomnia and skin and hair aspect.

**Descriptors:** Hormone replacement therapy. Homeopathy. Climacteric. Menopause.

---

<sup>1</sup> Discente do curso de Farmácia da Faculdade Ciências da Vida, Sete Lagoas-MG. E-mail: sue.ellenmartins@yahoo.com.br

<sup>2</sup> Orientadora e docente da Faculdade Ciências da Vida, Sete Lagoas-MG. E-mail: junepa@gmail.com

## 1 INTRODUÇÃO

O climatério é uma fase fisiológica da vida da mulher na qual acontece a perda gradual da capacidade reprodutiva, caracterizada, muitas vezes, pelo aparecimento de sinais e sintomas que provocam desde pequenos desconfortos até disfunções graves, decorrentes da brusca queda hormonal e que tem como marco principal, a menopausa, na qual a menstruação é descontinuada (BRASIL, 2008). O aumento da expectativa de vida da mulher é um indicativo de que muitas delas passarão pela fase climatérica (GONÇALVES *et al.*, 2016).

A Terapia de Reposição Hormonal (TRH) é um dos tratamentos mais prescritos, atualmente, para atenuar os sintomas climatéricos. Embora seja efetiva, esta terapia tornou-se controversa, após a associação do seu uso a riscos para a saúde da mulher como, por exemplo, a predisposição para o aparecimento de problemas circulatórios e cânceres (BELÉM *et al.*, 2019; BROWN *et al.*, 2017; REES *et al.*, 2020). Diante disto, as mulheres têm buscado mudanças nos hábitos de vida e tratamentos não hormonais, como a Homeopatia, especialidade médica reconhecida por ter como princípio a “cura pelos semelhantes”, o uso de medicamentos dinamizados, o teste em pessoas saudáveis e a abordagem holística e individualizada, que torna o tratamento seguro, eficaz e de baixo custo (MANCHANDA, 2018; PUSTIGLIONE; GOLDENSTEIN; CHENCINSKI, 2017).

Desta forma, este trabalho estabeleceu a seguinte questão: Quais as contribuições da Homeopatia frente aos sintomas climatéricos, na percepção das funcionárias de duas escolas municipais de Sete Lagoas – Minas Gerais? Parte-se da hipótese que os medicamentos homeopáticos são eficazes frente aos sintomas climatéricos e que representam menos riscos à saúde quando comparados ao uso da TRH. Portanto, estabeleceu-se como objetivo geral: discutir as contribuições da Homeopatia para as mulheres com sintomas climatéricos, tendo em vista os riscos associados ao uso da TRH e, como objetivos específicos: (i) discorrer sobre os principais sintomas do período climatérico; (ii) discutir sobre a TRH e os riscos associados; (iii) avaliar, através dos dados coletados na entrevista, a percepção das mulheres acerca da utilização dos medicamentos homeopáticos no combate aos sintomas climatéricos; (iv) apresentar a Homeopatia como opção de tratamento dos sintomas recorrentes no período climatérico.

A presente pesquisa possui relevância por apresentar contribuições acadêmicas, através de teorias atualizadas, bem como benefícios sociais e econômicos, por expor os riscos

relativos à saúde da mulher devido ao uso da TRH no período climatérico, além de apresentar a Homeopatia como uma alternativa viável, segura, eficaz e de baixo custo para tal finalidade (BELÉM *et al.*, 2019; BROWN *et al.*, 2017; MANCHANDA, 2018; PUSTIGLIONE; GOLDENSTEIN; CHENCINSKI, 2017; REES *et al.*, 2020).

Para se alcançar os objetivos deste trabalho, foi realizada uma pesquisa de campo, quantitativa, de natureza empírica, em duas escolas municipais, situadas na cidade de Sete Lagoas – MG, por meio de um questionário estruturado com 12 perguntas acerca das contribuições da Homeopatia para as mulheres com sintomas climatéricos. Os resultados foram analisados, descritos e comparados com a literatura disponível.

## **2 REFERENCIAL TEÓRICO**

### **2.1 O CLIMATÉRIO E A SAÚDE DA MULHER**

Antigamente, a saúde das mulheres era limitada à reprodução biológica e, o sangramento fisiológico, que se inicia na menarca, era considerado fundamental, sendo a menopausa sinônimo de “doença”, “envelhecimento” e situação requerente de intervenções (NASCIMENTO *et al.*, 2018; RIBEIRO; CRISTINA, 2019). O aumento da expectativa de vida das mulheres, é um indicativo de que, cada vez mais, elas vivenciarão o climatério, que é uma fase de transição, considerada natural, não patológica, marcada por mudanças biopsicossociais advindas da diminuição da produção hormonal, principalmente do estrogênio, que implica na perda gradual da capacidade reprodutiva e que, geralmente, se dá entre os 35 e 65 anos de idade. Durante o climatério, ocorre a menopausa, que é a última menstruação, considerada o evento principal do período e que, só é confirmada, efetivamente, após doze meses consecutivos da cessação do sangramento fisiológico (CREMA; TÍLIO; CAMPOS, 2017; GAYATHRIPRIYA *et al.*, 2018).

Os hormônios estrogênio e a progesterona por possuírem receptores em diferentes regiões do organismo têm papel sistemático fundamental, sendo o declínio apontado como responsável pelas disfunções recorrentes do climatério (OLIVEIRA; GOMEZ, 2019). O hipoeostrogenismo somado ao estilo de vida é determinante na experiência do climatério, por

isso, a percepção das mulheres acerca deste momento é subjetiva, variando as expectativas, as vivências e os sinais e sintomas relatados, portanto, o manejo destes distúrbios deve ser cuidadosamente avaliado antes da escolha terapêutica (RIBEIRO; CRISTINA, 2019).

Algumas disfunções nesta fase, como as mudanças no ciclo menstrual e os fogachos, estão relacionadas com a diminuição hormonal, assim como os sintomas neuropsíquicos, de intensidades variáveis, que acarretam mudanças de humor, tristeza e até a depressão, que pode ocorrer em ambos os sexos, em diferentes faixas etárias, por causas alheias à diminuição hormonal, embora as mulheres menopausadas estejam mais predispostas a estas mudanças (BRASIL, 2008). O estrogênio tem função neuroprotetora e quando diminui pode ocasionar tais alterações neuropsíquicas (GEORGAKIS *et al.*, 2016).

De acordo com Wang *et al.* (2018), o metabolismo tende a sofrer alterações com o processo do envelhecimento cronológico e, com a menopausa, pode haver alterações nos biomarcadores metabólicos que, muitas vezes, resultam no aparecimento de doenças cardiovasculares. Gonçalves *et al.* (2016) afirmam que a obesidade também tem maior prevalência nas mulheres menopausadas. Já as disfunções sexuais, diferentemente das inadequações sexuais, estão intimamente ligadas ao envelhecimento cronológico e ovariano e acarretam em mudanças geniturinárias importantes como a perda da lubrificação vaginal e alterações morfológicas da genitália que geram desconforto no ato sexual e, conseqüentemente, a diminuição da libido feminina (FEBRASGO, 2017).

## 2.2 RISCOS ASSOCIADOS AO USO DA TERAPIA DE REPOSIÇÃO HORMONAL

A Terapia de Reposição Hormonal (TRH) tornou-se popular na década de 1960 e, apesar de ser uma das mais utilizadas mundialmente, devido a sua real eficácia frente aos sintomas climatéricos, seu uso deve ser realizado com cautela, por meio de avaliação prévia, individualizada e detalhada, sucedendo adaptações da dose, da forma de administração, do tempo de tratamento e, caso necessário, optando por abordagens não hormonais, pois a exposição, especialmente prolongada, aos hormônios, torna a paciente susceptível a riscos diversos à saúde (MANDUJANO *et al.*, 2019; REES *et al.*, 2020).

Diversos estudos indicam que a TRH, quando utilizada preventivamente na fase de perimenopausa ou quando empregada por um longo período, favorece o aparecimento de

doenças tromboembólicas, o aumento da pressão arterial, o aparecimento de doenças cardiovasculares, além de estimular o aparecimento e o desenvolvimento de alguns tipos de câncer como o de ovário, o de endométrio, o de vagina, o de colo do útero e o de mama (BROWN *et al.*, 2017; BELÉM *et al.*, 2019; REES *et al.*, 2020).

De acordo com Ribeiro e Cristina (2019), os médicos extrapolam na indicação da TRH na abordagem da sintomatologia da menopausa, relacionando-a somente ao declínio hormonal e não considerando os aspectos cronológicos e os hábitos de vida anteriores da mulher, ignorando outras soluções para amenizar estes sintomas, como a realização de atividades físicas, boa alimentação e uso de práticas alternativas e/ou complementares.

### 2.3 USO DA HOMEOPATIA NOS SINTOMAS CLIMATÉRICOS

A Homeopatia surgiu há cerca de 230 anos na Alemanha, através do médico Samuel Hahnemann e começou a ser divulgada no Brasil em 1840. Ela está inclusa nas Práticas Integrativas e Complementares e, seus princípios, partiram das pesquisas realizadas por Hahnemann, que verificou que as pessoas sadias, ao receberem uma dose dinamizada (ultradiluída e succionada) de um medicamento ou substância utilizada no tratamento de uma pessoa doente, manifestavam sinais e sintomas semelhantes aos desta pessoa. Assim, concluiu-se que tais substâncias, causadoras dos sintomas, ao serem administradas em indivíduos doentes, também em dose dinamizada, seriam capazes de estimular o organismo a reagir naturalmente contra a doença em questão, levando à homeostase, que passou a ser conhecido como o “Princípio da Similitude” ou “cura pelos semelhantes” (TEIXEIRA, 2019). A partir daí, os efeitos diretos e opostos de inúmeras substâncias de diferentes origens foram descritas e estão presentes na Farmacopeia Homeopática Brasileira (ANVISA, 2011).

A Homeopatia visa uma abordagem holística do paciente e não considera somente a doença em si, mas busca a compreensão profunda de todos os sintomas relatados, atentando-se, principalmente, pela forma como o indivíduo reage à doença. Diverge, assim, do tratamento alopático que, para ser indicado, necessita de um diagnóstico preciso da doença, com o intuito restrito de tratá-la, além de não considerar outros fatores determinantes relacionados ao paciente (ANVISA, 2019). Embora apresente boa visibilidade mundial e seja realidade nos serviços públicos e privados no Brasil, a prática da Homeopatia enfrenta

desafios como: falta de médicos especializados, falta de informação, além de depreciação e reprovação médica, possivelmente, pela dosagem mínima dos medicamentos e a forma peculiar de preparo, apesar da efetividade confirmada por estudos *in vivo* e *in vitro*, quando utilizados sozinhos, associados entre si ou aos alopáticos (BONAMIN, 2017; TEIXEIRA, 2018; TEIXEIRA, 2019; WAISSE, 2018).

Segundo Teixeira (2018), o hormônio estrogênio, quando preparado por dinamização, estimula o organismo feminino a combater os sintomas endométricos e outros semelhantes aos que ocorrem na síndrome climatérica. Já Andrade *et al.* (2019) concluíram, em seu estudo, que o *Capsicum frutescens*, uma espécie de pimenta, na forma dinamizada, auxilia no combate à sensação de calor e fogachos comumente relatados. Outras substâncias como o *Kalium phosphoricum* (um sal orgânico), a *Staphysagria* (erva-piolha) e o *Hypericum perforatum* (erva-de-são-joão) são usados no tratamento da depressão, visto que este último demonstrou eficácia quando comparado à fluoxetina (LOPES *et al.*, 2019).

As principais vantagens do tratamento homeopático são: eficácia, baixo custo quando comparado ao convencional, boa aceitabilidade e segurança, que pode ser usado em qualquer faixa etária, incluindo gestantes, em virtude das dosagens mínimas que não acarretam efeitos tóxicos (MANCHANDA, 2018; PUSTIGLIONE; GOLDENSTEIN; CHENCINSKI, 2017). Ao optar somente pela medicalização alopática, descartando as Práticas Complementares, o médico expõe a paciente aos riscos relacionados aos efeitos colaterais, interações medicamentosas e até mesmo a uma condição de dependência medicamentosa (TEIXEIRA, 2018; TEIXEIRA; PODGAEC; BARCAT, 2017).

### **3 METODOLOGIA**

O presente estudo foi realizado em duas etapas: Na primeira, foi elaborado um projeto de pesquisa, pelo método qualitativo, de natureza descritiva, no qual, foi feita uma revisão de literatura, em que foram selecionados e analisados artigos científicos gratuitos, nacionais e estrangeiros, publicados a partir do ano de 2016, nas bases de dados: *Scientific Eletronic Library Online* (Scielo), Google acadêmico, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), além de legislações vigentes e obras de referência. A busca foi realizada com o objetivo de obter informações amplas acerca dos sintomas climatéricos e seus impactos para a mulher,

bem como da TRH e os riscos relativos a ela, além de elencar as vantagens do uso da Homeopatia frente aos sintomas climatéricos, a fim de elaborar um arcabouço teórico para sustentação da temática (GERHARDT; SILVEIRA, 2009; GIL, 2010).

Na segunda etapa foi realizada uma pesquisa de campo, descritiva e quantitativa em duas escolas municipais de Sete Lagoas – MG. Foram entrevistadas 37 mulheres, funcionárias destas escolas, com idade entre 40 e 65 anos. A pesquisa foi realizada durante o mês de outubro, por meio da rede social *Whatsapp*, na qual foi disponibilizado um *link* com acesso ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e às perguntas do questionário, além de um vídeo explicativo intitulado “O que é a Homeopatia?”, a fim de introduzir o tema e esclarecer possíveis dúvidas. De acordo com os critérios de inclusão, foram admitidas na pesquisa as mulheres que, na faixa etária estabelecida, tivessem apresentado algum sintoma climatérico antes ou durante a pesquisa e que concordassem com a participação, através do preenchimento do TCLE.

Para obter as informações desejadas foi aplicado um questionário estruturado, com 12 perguntas, construído e adaptado a partir de questionários utilizados nos estudos de Mandujano *et al.* (2019) e Gupta *et al.* (2019). O questionário foi enviado para o celular de cada funcionária e todas as informações acerca da pesquisa foram dadas anteriormente às participantes. Os dados da pesquisa foram tabulados no programa *Microsoft Excel 2010*<sup>®</sup> para produção de tabelas que, posteriormente, foram analisadas, descritas e comparadas com a literatura disponível (GERHARDT; SILVEIRA, 2009).

#### **4 RESULTADOS**

Participaram da pesquisa 37 mulheres, funcionárias de duas escolas municipais de Sete Lagoas-MG que encontram-se na faixa etária pré-estabelecida no critério de inclusão (40 a 65 anos), sendo que, 37,80% (n=14) possuem entre 40 e 50 anos; 59,50% (n=22) entre 51 e 60 anos e; 2,70% (n=1) possuem 61 a 65 anos de idade (TABELA 1). De acordo com a escolaridade, 16,20% (n=6) das participantes declararam possuir Ensino Fundamental incompleto; 2,70% (n=1) possuem Ensino Fundamental completo; 32,40% (n=12) possuem Ensino Médio completo; 10,80% (n=4) possuem Ensino Superior incompleto e; 37,80% (n=14) possuem Ensino Superior completo (TABELA 2). Quando perguntadas se já tiveram

algum sintoma que pudesse estar relacionado à menopausa, 86,50% (n=32) responderam “sim” e 13,50% (n=5) responderam “talvez” (TABELA 3).

<b>Tabela 1- Faixa etária das participantes (n=37).</b>	<b>Percentual</b>
Entre 40 e 50 anos	37,80% (14)
Entre 51 e 60 anos	59,50% (22)
Entre 61 e 65 anos	2,70% (1)

Fonte: Dados da Pesquisa (2020).

<b>Tabela 2 - Escolaridade das participantes (n=37).</b>	<b>Percentual</b>
Ensino Fundamental Incompleto	16,20% (6)
Ensino Fundamental Completo	2,70% (1)
Ensino Médio Completo	32,40% (12)
Ensino Superior Incompleto	10,80% (4)
Ensino Superior Completo	37,80% (14)

Fonte: Dados da Pesquisa (2020).

<b>Tabela 3 - Presença de sintomas relacionados à menopausa (n=37).</b>	<b>Percentual</b>
Sim	86,50% (32)
Não	0%
Talvez	13,50% (5)

Fonte: Dados da Pesquisa (2020).

Com relação aos sintomas climatéricos, 16,20% (n=6) das mulheres afirmaram que estes foram perceptíveis antes dos 40 anos de idade; 18,90% (n=7) começaram a percebê-los entre 40 e 45 anos; 32,40% (n=12) das participantes perceberam os primeiros sintomas entre 46 e 50 anos de idade; 24,30% (n=9) entre 51 e 55 anos e; 8,10% (n=3) tiveram os sintomas entre 56 e 60 anos de idade (TABELA 4). Com relação à intensidade destes sintomas, 45,90% (n=17) das entrevistadas os classificaram como “leves”; 37,80% (n=14) como “moderados” e; 16,20% (n=6) como “severos” (TABELA 5).

Dos sintomas mais comuns durante o período climatérico, 89,20% (n=33) das mulheres afirmaram sentir ondas de calor; 64,90% (n=24) perceberam mudanças na pele e cabelos; 62,20% (n=23) observaram mudanças de humor; 43,20% (n=16) tiveram/têm insônia; 43,20% (n=16) perceberam diminuição da lubrificação vaginal; 37,80% (n=14) afirmaram sentir dores de cabeça e; 48,60% (n=18) passaram a sentir dores musculares e articulares (TABELA 6).

<b>Tabela 4 -Distribuição de participantes, por idade em que perceberam o primeiro sintoma climatérico (n=37).</b>	<b>Percentual</b>
--	-------------------

Antes dos 40 anos	16,20% (6)
Entre 40 e 45 anos	18,90% (7)
Entre 46 e 50 anos	32,40% (12)
Entre 51 e 55 anos	24,30% (9)
Entre 56 e 60 anos	8,10% (3)

Fonte: Dados da Pesquisa (2020).

<b>Tabela 5 - Distribuição das participantes quanto a classificação dos sintomas climatéricos (n=37).</b>	Percentual
Leves	45,90% (17)
Moderados	37,80% (14)
Severos	16,20% (6)

Fonte: Dados da Pesquisa (2020).

<b>Tabela 6- Sintomas prevalentes no período climatérico entre as participantes.</b>	Percentual
Ondas de calor	89,20% (33)
Mudanças no aspecto da pele e cabelos	64,90% (24)
Mudanças no humor	62,20% (23)
Diminuição da lubrificação vaginal	43,20% (16)
Dores de cabeça	37,80% (14)
Artralgia e/ou mialgia	48,60% (18)
Insônia	43,20% (16)

Fonte: Dados da Pesquisa (2020).

Com relação aos repositores hormonais, 89,20% (n=33) das participantes afirmaram nunca terem feito uso e 10,80% (n=4) já fizeram ou fazem o uso de medicamento com esta finalidade (TABELA 7). Quanto à opinião das mulheres acerca dos riscos associados ao uso da TRH, 43,20% (n=16) citaram aumento dos riscos trombolíticos; 51,40% (n=19) consideram que o uso destes medicamentos aumenta o risco do aparecimento de câncer de mama e; 24,30% (n=9) associaram seu uso ao aumento dos riscos do desenvolvimento de doenças cardiovasculares. Já 16,20% (n=6) das mulheres não consideram que a TRH possa trazer riscos para a saúde da mulher e; 48,60% (n=18) consideram que estes riscos aumentam somente quando ocorre o uso prolongado destes medicamentos (TABELA 8).

<b>Tabela 7 - Distribuição das participantes por uso da TRH (n=37).</b>	Percentual
Não utilizo/nunca utilizei repositores hormonais	89,20% (33)
Sim, faço uso de repositores hormonais	10,80% (4)

Fonte: Dados da Pesquisa (2020).

<b>Tabela 8 - Distribuição das participantes segundo a percepção sobre os riscos associados ao uso da TRH (n=37).</b>	Percentual
Risco de trombose	43,20% (16)

Risco de doenças cardiovasculares	24,30% (9)
Risco do aparecimento de cânceres	51,40% (19)
Não consideram que o uso da TRH represente riscos para a saúde	16,20% (6)
Consideram que os riscos aumentam somente com o uso prolongado da TRH	48,60% (18)

Fonte: Dados da Pesquisa (2020).

Quando questionadas sobre o conhecimento acerca dos medicamentos homeopáticos, 91,90% (n=34) das entrevistadas afirmaram conhecer ou já terem ouvido falar sobre estes medicamentos antes da pesquisa e 8,15% (n=3) afirmam não ter conhecimento sobre estes (TABELA 9). Sobre o uso dos medicamentos homeopáticos, 29,70% (n=11) das entrevistadas fazem ou já fizeram uso destes medicamentos em busca da diminuição dos sintomas climatéricos e 70,30% (n=26) nunca utilizaram para tal finalidade (TABELA 10). Dentre as que utilizaram os medicamentos homeopáticos, 24,30% (n=9) delas perceberam melhoras dos sintomas climatéricos após o seu uso e; 5,40% (n=2) consideram que não houve melhoras dos sintomas com o uso destes medicamentos (TABELA 11).

<b>Tabela 9</b> - Distribuição das participantes por conhecimento da medicina homeopática.	Percentual
Conhecem ou já ouviram falar sobre a Homeopatia	91,90% (34)
Não conhecem ou nunca ouviram falar sobre a Homeopatia	8,15% (3)

Fonte: Dados da Pesquisa (2020).

<b>Tabela 10</b> - Distribuição das participantes por utilização dos medicamentos homeopáticos para a melhoria dos sintomas climatéricos (n=37).	Percentual
Sim, utilizo ou já utilizei os homeopáticos	29,70% (11)
Não utilizo / nunca utilizei os homeopáticos	70,30% (26)

Fonte: Dados da Pesquisa (2020).

<b>Tabela 11</b> -Percepção do uso dos homeopáticos para a melhoria dos sintomas climatéricos entre as participantes que já utilizaram estes medicamentos (n=37).	Percentual
Houve melhora dos sintomas com o uso dos medicamentos homeopáticos	24,30% (9)
Não houve melhora dos sintomas com o uso dos medicamentos homeopáticos	5,40% (2)

Fonte: Dados da Pesquisa (2020).

Por fim, as participantes responderam quais os benefícios que a terapia com medicamentos homeopáticos poderia trazer para as mulheres que apresentam sintomas climatéricos. De acordo com a opinião delas, 89,20% (n=33) consideram que estes medicamentos podem diminuir as ondas de calor; 54,10% (n=20) acreditam que eles melhoram os quadros de insônia, assim como ajudam a melhorar o aspecto da pele e dos cabelos; 37,80% (n=14) consideram que há melhoria da lubrificação vaginal após o uso dos medicamentos homeopáticos e; 35,10% (n=13) acreditam que seu uso pode prevenir doenças

coronárias. Já 5,40% (n=2) consideraram que o uso não traz benefícios para os sintomas climatéricos e, dentre as participantes, 2,70% (n=1) responderam que o uso dos homeopáticos traz também outros benefícios, como melhoria do humor e a sensação de maior energia para tarefas (TABELA 12).

<b>Tabela 12 - Distribuição das participantes de acordo com a percepção sobre os benefícios da Homeopatia para as mulheres com sintomas climatéricos (n=37).</b>	<b>Percentual</b>
Redução das ondas de calor	89,20% (33)
Melhoria da lubrificação vaginal	37,80% (14)
Melhoria da insônia	54,10% (20)
Melhoria da pele e cabelos	37,80% (14)
Prevenção de doenças coronárias	35,10% (13)
Não considero que a Homeopatia apresente benefícios para esta finalidade.	5,40% (2)
Outros (melhoria do humor e mais energia para a execução das tarefas diárias)	2,70% (1)

Fonte: Dados da Pesquisa (2020).

## 5 DISCUSSÃO

De acordo com os resultados acima, as participantes deste estudo possuem idade entre 40 e 65 anos, sendo esta a faixa etária semelhante à utilizada no estudo de Peixoto *et al.* (2020) e compatível com a idade comumente relacionada aos sintomas climatéricos, de acordo com a OMS e a FEBRASGO (2010). Com relação ao índice de instrução, apresentado na Tabela 2, a maioria das participantes possuem Ensino Superior Completo e Ensino Médio Completo, fato que pode ser explicado pelo campo de estudo se tratar de escolas da rede pública, sendo que, a maioria das participantes são professoras, cargo que, anos atrás, aceitava o curso de magistério de nível médio e que, atualmente exige graduação em Pedagogia para o seu ingresso. Entretanto, não foram encontrados estudos que associem o nível de escolaridade aqui predominante ao conhecimento acerca do assunto estudado nesta pesquisa.

A Tabela 3 demonstra que todas as participantes do estudo já tiveram pelo menos um dos sintomas considerados comuns no climatério/menopausa, entretanto, uma pequena parcela delas demonstra incerteza quanto à origem destes sintomas ao assinalarem a opção “Talvez” na pergunta relacionada. Conforme Gayathripriya *et al.* (2018) e Ribeiro e Cristina (2019), a percepção dos sintomas climatéricos é diferentemente observada entre as mulheres e influenciada por aspectos familiares, econômicos, educacionais e ambientais. Por isso, uma

parcela delas chega neste período com informações insuficientes e inadequadas, o que torna complexa a compreensão desta transição. Sendo assim, é essencial que seja oferecido um maior conhecimento acerca da menopausa e climatério, a fim de possibilitar a melhoria dos sintomas frequentes e favorecer a qualidade de vida (LEITE *et al.*, 2020).

Na Tabela 4, observa-se que a maioria das mulheres constataram os primeiros sintomas climatéricos entre os 46 e 50 anos de idade (32,4%, n=12) e 51 e 55 anos de idade (24,3%, n=9), resultado que corrobora com o estudo de Belém *et al.* (2019), que enfatiza que a maioria delas vivenciam a menopausa entre os 45 e 55 anos, sendo este o período de transição no qual os sintomas são mais perceptíveis e intensos. Uma parcela inferior de mulheres relatou que os primeiros sintomas ocorreram antes dos 40 anos de idade (16,2%, n=6) e entre 56 e 60 anos de idade (8,1%, n=3). Embora estes números não impliquem exatamente na idade de ocorrência da menopausa nestas mulheres, é importante salientar que o cessar reprodutivo nessas faixas etárias é denominado menopausa precoce, que ocorre antes dos 40 anos e, menopausa tardia, que ocorre após os 55 anos de idade. (FEBRASGO, 2010).

A Tabela 5 demonstra que as participantes consideram seus sintomas leves e moderados, resultado também demonstrado no estudo de Melo *et al.* (2016), no qual 58,7% das participantes relataram sintomas leves e 31,3% sintomas moderados. De acordo com Belém *et al.* (2019), os sintomas climatéricos apresentam intensidade e frequência variável, determinados por fatores como tipo físico da mulher e o vivenciamento da fase pós menopáusicas. Instrumentos como o Índice Menopausal de Blatt e Kupperman, são usados para analisar a intensidade dos sintomas e queixas recorrentes no período climatérico (MELO *et al.*, 2016). No entanto, este ou outros instrumentos não foram utilizados na presente pesquisa que se baseou somente na percepção das participantes, entretanto, são sugeridos e poderão ser empregados em estudos futuros.

De acordo com a Tabela 6, todos os sintomas avaliados foram citados pelas participantes, sendo que as ondas de calor prevaleceram na pesquisa e se apresentaram, especialmente, associadas a outros sintomas, como mudanças de humor e no aspecto da pele e cabelos, resultado que condiz com o estudo de Melo *et al.* (2016), no qual afirmam que 75% a 85% das mulheres enfrentam as ondas de calor e sudorese durante o período climatérico, sendo este um sintoma desencadeador de outros sintomas, como a insônia e mudança de humor (este último, citado, também, de forma expressiva entre as participantes deste estudo), podendo levar a problemas mais sérios, como a depressão. A diminuição da lubrificação

vaginal, percebido por 43,20% das entrevistadas, corrobora com a pesquisa de Silva *et al.* (2019) que sugerem que tal sintoma ocorre entre 20% e 45% das mulheres menopausadas.

De acordo com Carturan, Scorcine e Fragoso (2016), as cefaleias e enxaquecas no período menopausal podem ser multifatoriais, portanto, suas causas não podem ser atribuídas exclusivamente aos desequilíbrios hormonais, embora, estudos comprovem que, este sintoma tende a prevalecer ou até piorar durante o climatério. Além disso, a TRH, comumente usada para esta finalidade, não é considerada a ideal para todos os casos, sendo necessário que haja cautela ao aderir ao tratamento. As mudanças no aspecto da pele e cabelos se dão pela menor retenção de água pelo corpo e diminuição do colágeno e dos glicosaminoglicanos, acarretando em ressecamento da pele e cabelos e redução da elasticidade, favorecendo o aparecimento de rugas (LINS *et al.*, 2020). Já o aumento das dores musculares e articulares é um relatado, também, em estudos de Peixoto *et al.* (2020), que afirmam que a redução do estrogênio pode levar à modificação muscular e tecidual acarretando em artralgia e mialgia e até dificuldade de mobilidade.

A maioria das participantes nunca utilizou a TRH no climatério (TABELA 7), assim como no estudo de Ribeiro e Cristina (2019), no qual as participantes, em sua maioria, declararam insegurança em aderir ao uso, devido aos riscos envolvidos. Na tabela 8, o desenvolvimento de câncer de mama foi citado como principal risco do uso desta TRH. No levantamento de estudos realizados entre os anos 1995 e 2016 por Pereira, Guedes e Machado (2017), a TRH aumentou o risco relativo do aparecimento de câncer de mama, sendo seu uso, muitas vezes, suspenso durante os estudos (monitorados). Diante das incertezas, eles aconselham as mulheres com histórico de câncer ou alto risco de desenvolvê-lo a não se submeterem ao tratamento e, as demais, a não o utilizarem por mais de cinco anos.

Os riscos de doenças tromboembólicas foram um dos mais citados pelas participantes nesta questão. Segundo Pereira, Guedes e Machado (2017), o uso da TRH, especialmente de forma combinada, dependendo da forma de administração e dosagem, pode levar ao desenvolvimento destas doenças, principalmente em casos de mulheres idosas e obesas. Segundo Silva *et al.* (2019), a terapia com estrogênio, antes considerada eficaz na redução da incidência de doenças coronárias, passou a ser controversa, após outros estudos demonstrarem que, ao contrário do que se esperava, favorece maior risco de infarto do miocárdio não fatal e doenças coronárias em 29% das mulheres que o utilizaram.

Um número expressivo de participantes considera que os riscos do uso da TRH aumentam somente a partir do uso prolongado desta. A Política Nacional de Atenção Integral

da Mulher (2004), alerta sobre o uso até mesmo por mulheres consideradas saudáveis, especialmente, em casos de utilização preventiva ao “envelhecimento”, cuja prescrição é considerada comum atualmente e, também, nos casos de históricos de doenças como trombose e câncer (BRASIL, 2004). Desta forma, independentemente do tempo de uso, tais fatores devem ser observados em todos os casos e, se possível, deve-se optar por outros meios de tratamento, conforme recomendado em estudos e até mesmo pelos órgãos de saúde.

A Homeopatia pode ser uma possibilidade de tratamento nestes casos, pois já demonstrou em diversos estudos ser eficaz e segura em inúmeras patologias. No caso do presente estudo, pôde-se perceber que esta ciência é conhecida por grande parte das participantes (TABELA 9). Este fato pode ser reflexo da escolaridade da maioria delas (nível médio e superior) e, também, pelo campo estudado, onde o acesso à informação pode ser considerado maior. Embora uma pequena parcela tenha utilizado os medicamentos homeopáticos a fim de reduzir os sintomas climatéricos (TABELA 10), verifica-se que estes foram eficazes na maioria dos casos (TABELA 11), assim como apresentado por Mandujano *et al.* (2019), em seu estudo, no qual as participantes, em fase climatérica, relataram melhorias físicas e emocionais durante o tratamento com medicamentos homeopáticos, já perceptíveis no primeiro mês de uso, sem alteração da dose prescrita.

Segundo a opinião das participantes, eles podem trazer benefícios de uma forma geral, melhorando vários sintomas climatéricos, principalmente, as ondas de calor, o aspecto da pele e dos cabelos e a insônia, os mais citados nesta questão. Uma das participantes acrescentou que os medicamentos homeopáticos, além dos benefícios anteriores, têm o potencial de melhorar o humor e fornecer maior energia durante a execução de atividades diárias. O estudo de Mandujano *et al.* (2019) avaliou a utilidade dos medicamentos homeopáticos durante o climatério por meio da Escala de Avaliação da Menopausa (MRS), cuja pontuação foi comparada no início e no final do estudo e demonstrou que, com o uso de *Lachesis trigonocephalus*, *Pulsatilla nigricans* e/ou *Natrum muriaticum*, prescritos de acordo com a necessidade de cada paciente, por três meses de tratamento, monitorado mensalmente, houve uma melhora de 35% dos sintomas climatéricos somático-vegetativos, psicológicos e urogenitais gerais, como ondas de calor, dores musculares, insônia, problemas sexuais e em todos os sintomas de domínio psicológico, inclusive, na mudança de humor, um dos sintomas mais citados no presente estudo.

Segundo Gupta *et al.* (2019), em um estudo com mulheres na fase climatérica, com sintomatologia moderada, o medicamento *Capsicum frutescens* mostrou-se efetivo quando

comparado ao placebo na redução das ondas de calor, quatro semanas após o início do tratamento, de acordo com a Escala Climatérica de Greene (GCS). O medicamento *Sepia* mostrou-se eficaz, seis meses depois, em diversos sintomas, como irritabilidade, insônia e fraqueza.

Em contrapartida, 5,4% (n=2) das participantes afirmaram que o uso dos medicamentos homeopáticos não traz benefícios para a sintomatologia do climatério. Este resultado pode ser explicado por Teixeira (2018) que aponta que, para se alcançarem resultados satisfatórios com a Homeopatia, em qualquer doença ou sintoma, é necessário que o médico homeopata se dedique a compreender profundamente o seu paciente, estimule o seu autocuidado e instrua-o a relatar toda e qualquer mudança significativa durante o tratamento, que varia para cada indivíduo, podendo apresentar resultados a curto ou em longo prazo. Sendo assim, para avaliar este resultado seria necessária uma anamnese destas participantes, junto ao homeopata, avaliando os medicamentos utilizados, o tempo de tratamento, a forma como foi realizado, se deveriam ter sido realizadas adaptações e até mesmo se estas mulheres receberam informações prévias adequadas relativas ao seu tratamento.

## **6 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

As transformações observadas durante a fase climatérica envolvem fatores que vão além das mudanças na capacidade reprodutiva, na qual ocorre o cessar menstrual como marco principal do período, finalizando o ciclo reprodutivo. Ao mesmo tempo em que este momento é vivenciado, são observadas, também, mudanças decorrentes do envelhecimento cronológico, podendo, em conjunto, acarretar em diversos sinais e sintomas que variam de mulher para mulher, em duração e intensidade, devido a inúmeros fatores, dentre eles os hábitos de vida anterior à fase climatérica, assim como nos resultados apresentados neste estudo, onde houve apresentação de diversos sintomas, com intensidades variadas. Desta forma, muitos quesitos devem ser observados em anamnese clínica profunda, realizada anteriormente à decisão por tratamentos para melhoria destes sintomas, especialmente, quando a opção final é a TRH que, embora muito prescrita para tal finalidade, vem demonstrando em diversos estudos que pode representar riscos para a saúde da mulher, favorecendo o aparecimento de doenças diversas.

Percebe-se neste estudo, que ainda há carência de informações a respeito de fatores que envolvem o assunto “climatério/menopausa” como, por exemplo, a sintomatologia, já que, nitidamente, ocorrem dúvidas a respeito do início da fase de transição e, conseqüentemente, dos primeiros sintomas, assim como os relacionados aos tratamentos disponíveis, pois embora as participantes tenham associado diversos riscos ao uso da reposição hormonal, ao mesmo tempo, uma parcela expressiva delas acredita que há chances, unicamente, em casos onde o uso é prolongado. Sabe-se que diversos fatores devem ser avaliados previamente à utilização deste tratamento como o histórico de saúde da paciente, independentemente do tempo em que o medicamento será utilizado por elas.

Sendo assim, outros caminhos terapêuticos podem ser selecionados para esta finalidade, de forma alternativa ou complementar à terapêutica convencional, de acordo com cada caso analisado, de forma específica. Conforme demonstrado, a Homeopatia pode ser considerada uma boa escolha para a melhoria dos sintomas climatéricos, por apresentar-se como uma alternativa eficaz, segura e barata e que, embora não tenha sido utilizada pela maioria das participantes, apresentou resultados satisfatórios na melhoria dos sintomas entre aquelas que os utilizaram para esta finalidade, assim como em diversos estudos disponíveis que demonstraram as propriedades terapêuticas deste tratamento na fase climatérica.

Além disso, a maioria das participantes possui conhecimento ou já ouviram falar sobre a Homeopatia e compreendem que ela pode contribuir para a melhoria dos sintomas recorrentes no período climatérico, principalmente as ondas de calor, insônia e melhoria da pele e cabelos. Os resultados obtidos, embora restritos ao grupo de participantes estudado, representa e coincide, muitas vezes, com as literaturas disponíveis, favorecendo as discussões aqui expostas. Além disso, são notórios os benefícios apresentados na maioria dos sintomas relatados no climatério e para diversas outras finalidades.

Apesar disso, ainda há falta de informações adequadas acerca da Homeopatia e do uso dos medicamentos homeopáticos, fator que acarreta em baixa procura por esta forma de tratamento, muitas vezes, desencadeada pela desconfiança e desinteresse médico, tornando-a escassa nos serviços públicos e privados de saúde. Portanto, é necessária uma maior valorização desta especialidade médica por meio do aprofundamento de pesquisas relacionadas a ela, inclusive da continuação do presente estudo, além de uma maior busca de conhecimento pelos profissionais e pacientes e, acima de tudo, maiores esclarecimentos, a fim de contribuir para a disseminação de informações coerentes e verdadeiras sobre a Homeopatia.

## REFERÊNCIAS

ANDRADE, D. C. S.; CARMONA, F.; ANGELUCCI, M. A.; MARTINEZ, E. Z.; PEREIRA, A. M. S. Efficacy of a homeopathic medicine of *Capsicum frutescens* L. (Solanaceae) in the treatment of hot flashes in menopausal women: a phase-2 randomized controlled trial. **The Faculty of Homeopathy**, [S.l.], v. 108, n. 2, p. 102-107, 2019. ISSN 1475-4916. Disponível em: <<https://www.thieme-connect.com/products/ejournals/pdf/10.1055/s-0038-1676326.pdf>>. Acesso em: 24 abr. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1055/s-0038-1676326>.

ANVISA. AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA. **Farmacopeia Homeopática Brasileira**. 3. ed. Brasília: ANVISA, 2011. 364p. Disponível em: <[http://portal.anvisa.gov.br/documents/33832/259147/3a\\_edicao.pdf/cb9d5888-6b7c-447b-be3c-af51aaae7ea8](http://portal.anvisa.gov.br/documents/33832/259147/3a_edicao.pdf/cb9d5888-6b7c-447b-be3c-af51aaae7ea8)> Acesso em: 20 abr. 2020.

\_\_\_\_\_. **Formulário Homeopático**. 2. ed. Brasília: ANVISA, 2019. 190p. Disponível em: <<http://portal.anvisa.gov.br/documents/33832/3653739/Formul%C3%A1rio+Homeop%C3%A1tico%2C+2%C2%AA+edi%C3%A7%C3%A3o.pdf/81cf5ba6-7255-4c78-96e9-846bb0d447e5>>. Acesso em: 20 abr. 2020.

BELÉM, G. L. S.; ADORNO, S. S.; NEVES, D. B. S.; ROCHA, L. L. S. SEBACK, M. C. Riscos e benefícios da terapia hormonal no climatério. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, [S.l.], v. 11, n. 4, e244, 2019. ISSN 2178-2091. Disponível em: <<https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/244>>. Acesso em: 24 abr. 2020. DOI: <https://doi.org/10.25248/reas.e244.2019>.

BONAMIN, L. V. A solidez da pesquisa básica em homeopatia. **Revista de Homeopatia**, São Paulo, v. 80, n. 1, p. 89-97, 2017. ISSN 2175-3105. Disponível em: <<http://revista.aph.org.br/index.php/aph/article/view/393>>. Acesso em: 20 abr. 2020.

\_\_\_\_\_. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Atenção integral à saúde da mulher: princípios e diretrizes**. 1. Ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2004. 43p. ISBN 85-334-0781-5. Disponível em: <[https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica\\_nac\\_atencao\\_mulher.pdf](https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nac_atencao_mulher.pdf)>. Acesso em: 20 abr. 2020.

\_\_\_\_\_. Ministério da Saúde. **Manual de atenção à mulher no climatério/Menopausa**. Série A. Normas e Manuais Técnicos. Brasília: Ministério da Saúde, 2008. 192p. ISBN 978-85-334-1486-0. Disponível em: <[http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/manual\\_atencao\\_mulher\\_climaterio.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/manual_atencao_mulher_climaterio.pdf)> Acesso em: 12 abr. 2020.

BROWN, K. A.; IYENGAR, N. M.; ZHOU, X. K.; GUCALP, A.; SUBBRAMAIAH, K.; WNAG, H.; GOI, D. D.; MORRIS, M.; FALCONE, D. J.; WENDEL, N. K.; WISTON, L. A.; POLLAK, M.; DIERICKX, A.; HUDIS, C. A.; DANNENBERG, A. J. Menopause is a determinant of breast aromatase expression and its associations with BMI, inflammation, and systemic markers. **The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism**, [S.l.], v. 102, n. 5, p. 1692-1701, mai. 2017. ISSN: 1945-7197. Disponível em: <<https://academic.oup.com/jcem/article/102/5/1692/3001062>> Acesso em: 24 abr. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1210/jc.2016-3606>.

CARTURAN, P.; SCORCINE, C.; FRAGOSO, Y. D. Migraine in the post-menopausal period is associated with higher levels of mood disorders, disability, and more menopausal symptoms. **Arquivos de Neuropsiquiatria**, [S.l.], v. 74, n. 12, p. 999-1002, 2016. ISSN 1678-4227. Disponível em: <<https://www.scielo.br/pdf/anp/v74n12/0004-282X-anp-74-12-0999.pdf>>. Acesso em: 23/12/2020. DOI: 10.1590/0004-282X20160153.

CREMA, I. L.; TÍLIO, R.; CAMPOS, M. T. A. Repercussões da menopausa para a sexualidade de idosas: revisão integrativa da literatura. **Psicologia: Ciência e Profissão**, Brasília, v. 37, n. 3, set. 2017. ISSN 1982-3703. Disponível em: <[https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1414-98932017000300753&script=sci\\_arttext&tlng=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1414-98932017000300753&script=sci_arttext&tlng=pt)> Acesso em: 22 abr. 2020. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/1982-3703003422016>.

FEBRASGO. FEDERAÇÃO BRASILEIRA DAS ASSOCIAÇÕES DE GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA. **Manual de orientação do climatério**. [S.l.]: Febrasgo, 2010. 9p. Disponível em: <[https://www.febrasgo.org.br/images/arquivos/manuais/Manuais\\_Novos/Manual\\_Climaterio.pdf](https://www.febrasgo.org.br/images/arquivos/manuais/Manuais_Novos/Manual_Climaterio.pdf)>. Acesso em 20 abr. 2020.

\_\_\_\_\_. **Tópicos em Saúde Sexual**. [S.l.]: Febrasgo, 2017. 141p. Disponível em: <<https://sogirgs.org.br/area-do-associado/topicos-de-saude-sexual.pdf#page=95>> Acesso em: 06 mai. 2020.

GAYATHRIPRIYA, N.; ALASMAR, N.; OMAR, M.; KHALID, K.; SALEH, H.; MOHAMMED, H.; RAJESWARI, K.; SUMATHI, G. Menopause awareness, symptoms assessment and menqol among bahrain women. **Sustainability and Resilience Conference: Mitigating Risks and Emergency Planning, KnE Life Sciences**, [S.l.], p. 61-77, 2018. Disponível em: <<https://knepublishing.com/index.php/Kne-Life/article/view/3091/6523>> Acesso em: 03 mai. 2020. DOI: <http://dx.doi.org/10.18502/kls.v4i6.3091>.

GEOGARKIS, M. K.; THOMOPOULOS, T. P.; DIAMANTARAS, A. A.; KRALOGIROU, E. I.; SHALKIDOU, A.; DASKALOPOULOU, S. S.; PETRIDOU, E. T. Association of age at menopause and duration of reproductive period with depression after menopause a systematic review and meta-analysis. **JAMA Psychiatry**, [S.l.], v. 73, n. 2, p. 139-149, fev. 2016. ISSN 2168-6238. Disponível em: <<https://jamanetwork.com/journals/jamapsychiatry/fullarticle/2480951>> Acesso em: 12 out. 2020. DOI: <http://dx.doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2015.2653>.

GERHARDT, T. E.; SILVEIRA, D. T. (Org). **Métodos de pesquisa**. Porto Alegre: UFRGS, 2009. 120p. ISBN: 978-85-386-0071-8.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa?** 5. ed. 2010. São Paulo: Atlas. ISBN: 978-8522458233.

GONÇALVES, J. T. T.; SILVEIRA, M. F.; CAMPOS, M. C. C.; COSTA, L. H. R. Sobre peso e obesidade e fatores associados ao climatério. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 21, n. 4, p. 1145-1156 abr. 2016. ISSN 1678-4561. Disponível em: <<https://www.scielo.org/article/csc/2016.v21n4/1145-1156/pt/#>> Acesso em: 08 abr. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-81232015214.16552015>.

GUPTA, J.; KULSHRESHTHA D.; LAMBA, C. D.; GUPTA, P.; SHINDE, V.; WADHWA, B.; SOREN, A.; ARYA, J. S.; KOLEY, M.; PRAMANIK, A; PARVEEN, S.; KUMAR, A. Homoeopathic medicine – Sepia for the management of menopausal symptoms: A multicentric, randomised, double-blind placebo-controlled clinical trial. **Indian Journal of Research in Homoeopathy**, [S.l.], v. 13, p. 219-228, 2019. Disponível em: <<https://www.ijrh.org/article.asp?issn=0974-7168;year=2019;volume=13;issue=4;spage=219;epage=228;aulast=Gupta>> . Acesso em: 20 out. 2020. DOI: [https://doi.org/10.4103/ijrh.ijrh\\_8\\_18](https://doi.org/10.4103/ijrh.ijrh_8_18).

IBGE. INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. Expectativa de vida dos brasileiros aumenta para 76,3 anos em 2018. **Estatísticas Sociais**, [S.l.], 28 nov. 2019. Disponível em: <<https://censo2020.ibge.gov.br/2012-agencia-de-noticias/noticias/26103-expectativa-de-vida-dos-brasileiros-aumenta-para-76-3-anos-em-2018.html>> Acesso em: 08 abr. 2020.

LEITE, T. A. S.; NUNES, J. S. S.; PEREIRA, A., J.; SILVA, M. L.; Conhecimento de mulheres jovens sobre a menopausa e sintomas climatéricos. **Brazil Journal Health of Review**. Curitiba, v. 3, n. 3, p.7204-7212 mai./jun. 2020. ISSN 2595-6825. DOI:10.34119/bjhrv3n3-249 Disponível em: <<https://www.brazilianjournals.com/index.php/BJHR/article/view/12459/10658>>. Acesso em: 23/12/2020.

LINS, L. M. R.; RÉGIS, B. C.; FERNANDES, A. S. T.; OLIVEIRA, G. M. F.; ARAÚJO, I. M.; AGRA, I. K. R.; LOPES, L. P. Impactos da menopausa na saúde da mulher. **Brazilian Journal of health Review**, Curitiba, v. 3, n. 5, p. 12018-12031 set/out. 2020. ISSN 2595-6825. Disponível em: <<https://www.brazilianjournals.com/index.php/BJHR/article/view/16326/13353>>. Acesso em: 22/10/2020. DOI: <https://doi.org/10.34119/bjhrv3n5-053>.

LOPES, J. S.; SOUZA, W. G.; RODRIGUES, A. S.; GRETZLER, V. S.; SANTANA JÚNIOR, E. J.; CARDOSO JÚNIOR, C. D. A.; NUNES, J. S. Terapia alternativa para tratamento da depressão: medicamentos homeopáticos. **Revista Científica da Faculdade de Educação e Meio Ambiente**, [S.l.], v. 10, n. 1, p. 123-130, jan./jun. 2019. ISSN 2179-4200. Disponível em: <<http://www.faema.edu.br/revistas/index.php/Revista->

FAEMA/article/view/760/769> Acesso em: 26/ abr. 2020. DOI: <https://doi.org/10.31072/rcf.v10iedesp.760>.

MANCHANDA, R. K. Popularity, safety and quality of homoeopathic medicines. **Indian Journal of Research in Homoeopathy**, [S.l.], v. 12, n. 4, p. 191-193, 2018. ISSN 0974-7168. Disponível em: <http://www.ijrh.org/article.asp?issn=09747168;year=2018;volume=12;issue=4;spage=191;epage=193;aulast=Manchanda>>. Acesso em: 24 abr. 2020. DOI: [https://doi.org/10.4103/ijrh.ijrh\\_72\\_18](https://doi.org/10.4103/ijrh.ijrh_72_18).

MANDUJANO, M. E. R.; VIVAS J. G.; RESÉNDIZ R. L.; BERNAL F. O.; MONROY, V. S. Evaluación del Tratamiento Homeopático de Mujeres en Climaterio entre los 45 y 60 años con la Menopause Rating Scale (MRS). **La Homeopatía de México**, [S.l.], v. 88, n. 716, p.28-35, 2019. ISSN 1870-3666. Disponível em: <http://docs.bvsalud.org/biblioref/2019/05/995982/02-716-lhm-2019-ene-mar.pdf>> Acesso em: 20 out. 2020.

MELO C. R. M.; REIS E. S.; SILVA L. C. F. P.; SOLA E. P. S.; CHOFAKIAN C. B. N. Aplicação do Índice Menopausal de Kupperman: um estudo transversal com mulheres climatéricas. **Espaço para a saúde – Revista de Saúde Pública do Paraná**, Londrina, v. 17, n. 2, p. 41-50, dez. 2016. ISSN 2595-4474. Disponível em: <http://168.194.69.20/index.php/espacosaude/article/view/283/2>>. Acesso em: 12 out. 2020. DOI: <https://doi.org/10.22421/1517-7130.2016v17n2p41>.

NASCIMENTO, J. S.; SILVA, M. R.; OLIVEIRA, E. C. T.; MONTE, G. C. S. B. Assistência à mulher no pré-natal, parto e nascimento: contribuições da Rede Cegonha. **Revista Portal: Saúde e Sociedade**, [S.l.], v. 3, n. 1, p. 694-709, 2018. ISSN 2525-4200. Disponível em: <http://200.17.114.107/index.php/nuspfamed/article/view/4241/4532>>. Acesso em: 06 abr. 2020. DOI: <http://dx.doi.org/10.28998/rpss.v3i1.4241>.

OLIVEIRA, N. P.; GOMEZ, N. A. D. Influence of climacteric hormonal changes on buccal tissues. **ABCS Health Sciences**, [S.l.], v. 44, n. 3, dez. 2019. ISSN 2357-8114. Disponível em: <https://www.portalnepas.org.br/abcshs/article/view/1179>>. Acesso em: 12 abr.2020. DOI: <https://doi.org/10.7322/abcshs.v44i3.1179>.

PEIXOTO, R. C. A.; TOLENTINO, T. S.; SILVA, W.; FERREIRA A. F.; CÉSAR, E. S. R.; ALVES, E. R. P. CLIMATÉRIO: SINTOMATOLOGIA VIVENCIADA POR MULHERES ATENDIDAS NA ATENÇÃO PRIMÁRIA. **Revista da Ciências da Saúde Nova Esperança**, João Pessoa, v. 18, n.1, p. 18-25, 2020. Disponível em: <https://revista.facene.com.br/index.php/revistane/article/view/147>>. Acesso em: 20/10/2020. DOI: <https://doi.org/10.17695/revcsnevol18n1p18-25>.

PEREIRA, B. M. B.; GUEDES, C. M. F.; MACHADO C. A. C. Terapia hormonal e câncer de mama. DOI: 10.5327/Z201700010004RBM. **Revista Brasileira de Mastologia**, [S.l.], v. 27, n. 1, p. 15-20, 2017. ISSN 0104-8058. Disponível em: [https://www.mastology.org/wp-content/uploads/2017/01/MAS-v27n1\\_15-20.pdf](https://www.mastology.org/wp-content/uploads/2017/01/MAS-v27n1_15-20.pdf)> Acesso em:18/10/2020.

PUSTIGLIONE, M.; GOLDENSTEIN, E.; CHENCINSKI, M. Homeopatia: um breve panorama desta especialidade médica. **Revista de Homeopatia**, [S.l.], v. 80, p. 1-16, 2017. ISSN 2175-3105. Disponível em: <<http://aph.org.br/wp-content/uploads/2017/03/PUSTIGLIONE-ET-AL-.pdf>>. Acesso em: 20 abr. 2020.

REES, M.; ANGIOLI, R.; COLEMAN, R.; GLASSPOOL, R. M.; PLOTTI, F.; SIMONCINI, T.; TERRANOVA, C. European Menopause and Andropause Societ (EMAS) and International Gynecologic Cancer Society (IGCS) position statement on managing the menopause after gynecological cancer: focus on menopausal symptoms and osteoporosis. **International Journal of Gynecological Cancer**, [S.l.], v. 30, n. 4, fev. 2020. ISSN 1048-891X. Disponível em: <<https://ijgc.bmj.com/content/30/4/428>>. Acesso em: 05 mai. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1136/ijgc-2020-001217>.

RIBEIRO, A.; CRISTINA, R. Ser mulher na velhice: gênero, corpo e menopausa. **Caderno Espaço Feminino**, Uberlândia, v. 32, n. 2, jul./ dez. 2019. ISSN 1516-9286. Disponível em: <<http://200.19.146.79/index.php/neguem/article/view/53149>>. Acesso em: 08 abr. 2020. DOI: <https://doi.org/10.14393/CEF-v32n2-2019-19>.

SILVA, M. M.; BUENO, R. G. P. C.; MACIEL, M. S. P.; FREITAS, R. M. C. C.; MARCELINO, T. P. Evidências contemporâneas sobre o uso da terapia de reposição hormonal. **Brazilian Journal of health Review**, Curitiba, v. 2, n. 2, p. 925-969, abr. 2019. ISSN 2595-6825. Disponível em: <<https://www.brazilianjournals.com/index.php/BJHR/article/view/1269>>. Acesso em: 20 mai. 2020.

TEIXEIRA, M. Z. Special dossier: scientific evidence for homeopathy. **Revista da Associação Médica Brasileira**, São Paulo, v. 64, n. 2, p. 113-132, fev. 2018. ISSN 1806-9282. Disponível em: <<http://revista.aph.org.br/index.php/aph/article/view/393>>. Acesso em: 20 abr. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/1806-9282.64.02.93>.

\_\_\_\_\_. Plausibilidade do modelo científico homeopático na medicina contemporânea do Brasil. **História, Ciências, Saúde - Manguinhos**, Rio de Janeiro, v. 26, n. 4, p. 1393-1395, dez. 2019. ISSN 1678-4758. Disponível em: <[https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-59702019000401393&tlng=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-59702019000401393&tlng=pt)>. Acesso em: 20 abr. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/s0104-59702019000400021>.

TEIXEIRA, M. Z.; PODGAEC, S.; BARACAT, E. C. Estrogênio potencializado no tratamento homeopático da dor pélvica associada à endometriose: Um estudo de 24 semanas, randomizado, duplo-cego e placebo-controlado. **Revista de Homeopatia**, São Paulo, v. 80, n. 1, p. 88-97, 2017. ISSN 0102-227X. Disponível em: <<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/hom-12051>>. Acesso em: 20 abr. 2020.

WAISSE, S. Efeito de ultradiluições homeopáticas em modelos in vitro: revisão da literatura. **Revista de Homeopatia**, São Paulo, v. 64 n. 2. p. 98-112, fev. 2018. ISSN 2175-3105. Disponível em: <<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/hom-11972>>. Acesso em: 20 abr. 2020.

WANG, Q.; FERREIRA, D. L. S.; NELSON, A. M.; SATTAR, N.; ALA-KORPELA, M.; LAWLOR, D. A. Metabolic characterization of menopause: cross-sectional and longitudinal evidence. **BMC Medicine**, [S.l.], v. 16, n. 17, 2018. ISSN 1741-7015. Disponível em: <<https://bmcmedicine.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12916-018-1008-8>> Acesso em: 06 mai. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12916-018-1008-8>.