

TRANSTORNOS MENTAIS COMUNS EM MULHERES NO CLIMATÉRIO E NA MENOPAUSA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA (APOIO UNIP)

Alunas: Carla Pinheiro de Souza Melo e Rayssa Ribeiro dos Santos

Orientadora: Profa. Ma. Silvana Nunes Figueiredo

Curso: Enfermagem

Campus: Manaus

O climatério e a menopausa constituem fases marcadas por alterações hormonais, fisiológicas e psicossociais significativas, que impactam diretamente a saúde mental das mulheres. Este estudo teve como objetivo identificar, por meio de revisão integrativa da literatura dos últimos cinco anos, a presença de transtornos mentais comuns (TMC) em mulheres nesse período. Após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, foram selecionados 11 artigos. Os resultados indicaram que os TMC mais frequentes são ansiedade, depressão, irritabilidade e distúrbios do sono. A transição menopausal está frequentemente associada à perda de identidade, ao medo do envelhecimento, às crises de autoestima e instabilidade emocional. Com base nas evidências analisadas, constatou-se que a alta incidência desses transtornos está relacionada tanto às variações hormonais, como a redução dos níveis de estrogênio, quanto aos desafios emocionais e socioculturais do envelhecimento feminino. Observou-se, ainda, uma lacuna na capacitação dos profissionais de saúde e na oferta de orientações específicas sobre os sintomas psíquicos, bem como a insuficiência de políticas públicas voltadas à saúde mental da mulher. Nesse contexto, ressalta-se a necessidade de uma abordagem interdisciplinar e integrada, com destaque para intervenções como psicoterapia, especialmente a terapia cognitivo-comportamental, práticas integrativas e complementares e ações educativas. Conclui-se que os transtornos observados têm origem multifatorial, exigindo estratégias de cuidado integral, acolhedor e humanizado, com vistas à promoção da qualidade de vida durante essa etapa do ciclo de vida.