

Medicamentos fitoterápicos e o uso de Glycine Max no climatério

O Glycine Max é um medicamento fitoterápico porque, utiliza-se uma planta para tratamento ou prevenção de doenças, neste caso o Glycine Max é um derivado da soja que possui efeitos farmacológicos amenizando assim diversas doenças e sintomas, dentre eles destacam-se os efeitos do climatério. Analisar a diminuição dos sintomas do climatério, que gera desconforto e interfere na qualidade de vida das mulheres com o uso da Glycine Max relatando assim seus benefícios. Trata-se de uma revisão integrativa de literatura, e no que se refere ao material utilizado, foram escolhidas as seguintes plataformas de pesquisa: Google Acadêmico, Lilacs - Bireme (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), NCBI/PubMed (National Center for Biotechnology Information) e SciELO (Scientific Electronic Library Online). No que se refere aos métodos de inclusão e exclusão destacam-se artigos disponíveis na íntegra, em português, inglês ou espanhol, publicados entre os anos 2014 a 2020 com pertinência temática, excluindo-se artigos incompletos e publicados antes de 2014. Foram selecionados após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão 15 artigos para serem analisados no presente artigo de revisão integrativa. Durante a análise dos artigos percebeu-se que medicamentos fitoterápicos apresentam resultados positivos aos efeitos do climatério, isto porque o índice de princípios ativos é menor e causa um impacto similar aos medicamentos com posologia mais composta, destacou-se ainda que as isoflavonas presentes na soja são as principais responsáveis pelo efeito equilibrante nos níveis de hormônio da mulher e é justamente por este equilíbrio que há um benefício à mulher dos sintomas do climatério. As alterações ocasionadas pelo climatério afetam o organismo feminino tanto em seu aspecto físico quanto psicológico, isso porque a descompensação hormonal impacta significativamente a mulher, o Glycine Max é responsável por uma recomposição hormonal leve e natural que impacta positivamente a mulher, apesar de não ser uma solução permanente percebeu-se ao longo dos estudos analisados que os sintomas tendem a ser controlados com uso do medicamento.

Palavras-chave: Menopausa; Reposição Hormonal; Fitoterapia; Climatério.

Herbal medicines and the use of Glycine Max in climacteric

Glycine Max is an herbal medicine because a plant is used for the treatment or prevention of diseases, in this case, Glycine Max is a soy derivative that has pharmacological effects thus alleviating various diseases and symptoms, among them the highlights are climacteric effects. To analyze the decrease in climacteric symptoms, this causes discomfort and interferes with the quality of life of women with the use of Glycine max, thus reporting its benefits. This is an integrative literature review, and with regard to the material used, the following research platforms were chosen: Academic Google, Lilacs - Bireme (Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences), NCBI/PubMed (National Center for Biotechnology Information) and SciELO (Scientific Electronic Library Online). With regard to the methods of inclusion and exclusion, articles available in full, in Portuguese, English or Spanish, published between 2014 and 2020 with thematic relevance, are highlighted, excluding incomplete articles published before 2014. After applying the inclusion and exclusion criteria, 15 articles were selected to be analyzed in this integrative review article. During the analysis of the articles it was noticed that herbal medicines present positive results to the effects of the climacteric, this because the index of active principles is lower and causes a similar impact to medicines with more compound dosage, it was also highlighted that the isoflavones present in soy they are mainly responsible for the balancing effect on women's hormone levels and it is precisely because of this balance that there is a benefit to women from climacteric symptoms. The changes caused by climacteric affect the female body both in its physical and psychological aspects, because hormonal decompensation significantly impacts women, Glycine Max is responsible for a light and natural hormonal recomposition that positively impacts the woman, despite not being a permanent solution, it was noticed throughout the analyzed studies that the symptoms tend to be controlled with the use of the medication.


Keywords: Menopause; Hormone Replacement; Phytotherapy; Climacteric.


Topic: **Farmacologia**


Received: **10/10/2021**

Approved: **19/01/2022**

Reviewed anonymously in the process of blind peer.

Lana Hanna Araújo Ferreira 
Faculdade Integrada Carajás, Brasil
<http://lattes.cnpq.br/6851010414760924>
<http://orcid.org/0000-0001-7126-1994>
larahanaaraujo@gmail.com

Tawanny Fonseca Santos 
Faculdade Integrada Carajás, Brasil
<http://lattes.cnpq.br/8062127668030043>
<http://orcid.org/0000-0003-4206-5876>
tawannyfonsecasantos1998@gmail.com

José Douglas da Gama Melo 
Faculdade Integrada Carajás, Brasil
<http://lattes.cnpq.br/3513046222300047>
<http://orcid.org/0000-0002-8912-8419>
douglas.melo@uepa.br



DOI: 10.6008/CBPC2236-9600.2022.001.0004

Referencing this:

FERREIRA, L. H. A.; SANTOS, T. F.; MELO, J. D. G.. Medicamentos fitoterápicos e o uso de Glycine Max no climatério. *Scire Salutis*, v.12, n.1, p.25-33, 2022. DOI: <http://doi.org/10.6008/CBPC2236-9600.2022.001.0004>

INTRODUÇÃO

O organismo da mulher é preparado para as mais variadas alterações hormonais, ao longo da vida desde a infância até a gestação, diversos amadurecimentos hormonais ocorrem, porém, apesar de todas as fases o climatério é o mais temido, isto porque há uma descompensação hormonal que afeta aspectos físicos e psicológicos da mulher. “O climatério é um dos períodos da vida da mulher caracterizado pela diminuição da função ovariana e da produção de hormônios estrógenos. Seu início ocorre em média aos 40 anos e pode durar até 65 anos” (FARIA et al., 2017).

O impacto deste período na vida da mulher envolve os seguintes sintomas, ressecamento na parede vaginal, impacto na sensação de bem-estar, fadiga, cansaço, alteração no sono, sensação de irritação, calores noturnos e diurnos dentre outros (BARRA et al., 2014). Nesse sentido, há necessidade de realização de tratamentos direcionados à reposição hormonal para compensação do nível de estrogênio, de modo que estes sintomas diminuam trazendo qualidade de vida para a paciente.

Por outro lado, a utilização de medicamentos para que essa reposição ocorra deve ser acompanhada por uma equipe de saúde, e dentre os profissionais capacitados destaca-se o farmacêutico, enquanto gestor e responsável pela manipulação dos fármacos e reforço da orientação sobre a necessidade de utilização adequada do medicamento. Entender a percepção e o significado do climatério e as medidas para amenização dos sintomas é uma etapa importante, pois configura uma estratégia para evitar que esses efeitos atinjam ainda mais a mulher (ZAKIR et al., 2015).

O uso de fitoterápicos segue regras rígidas, desde a pesquisa e desenvolvimento até a produção e comercialização. As principais formas de fitoterapia são xaropes, elixires, tinturas, extratos líquidos e secos, pomadas, cremes, géis, comprimidos e cápsulas. Porém, para que os medicamentos fitoterápicos sejam utilizados como adjuvantes de forma consistente, adequada e correta no tratamento, é necessário o acompanhamento de um especialista em plantas medicinais ou profissional de saúde que tenha sido orientado pelo tratamento para evitar riscos e danos ao paciente (BARRA et al., 2014). Assim, o objetivo deste trabalho é analisar a diminuição dos sintomas do climatério, que gera desconforto e interfere na qualidade de vida das mulheres com o uso da *Glycine Max* relatando assim seus benefícios.

MATERIAIS E MÉTODOS

Para fundamentar o presente estudo utilizou-se o método de revisão integrativa bibliográfica de modo que fosse possível levantar os textos já publicados sobre a utilização de fitoterápicos no climatério. Para validação da bibliografia utilizada as pesquisas foram realizadas nas seguintes bases de dados eletrônicas: NCBI/PubMed (National Center for Biotechnology Information), SciELO (Scientific Electronic Library Online) e Lilacs - Bireme (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), com os seguintes descritores: ‘Menopausa’, ‘Reposição Hormonal’, ‘Fitoterapia’, ‘Climatério’ e seus respectivos correspondentes em inglês.

A partir desse conjunto de palavras-chave e para a busca dos artigos, através dos filtros das próprias

bases de dados, estabeleceram-se os seguintes critérios de inclusão: artigos disponíveis na íntegra, em português e inglês, no período de 2014 a 2021 com acesso gratuito e que tivessem afinidade com a temática. Estabeleceu-se ainda, os tipos de estudos aceitos revisão bibliográfica, sistemática, integrativa, relato de experiência, estudo transversal e foram excluídos os manuscritos repetidos ou duplicados fora do período definido para o estudo e sem adequação aos objetivos da pesquisa.

RESULTADOS

Identificaram-se no total 100 publicações, após aplicação dos critérios de inclusão, foram excluídas 85 estudos identificados por meio de pesquisas em outras fontes de dados, permanecendo 15 estudos, sendo estes: 01 no PubMed, 01 na SciELO, 80 no Google Acadêmico (G.A), e 18 no Lilacs. Os resultados apresentados acima foram dispostos no Fluxograma 1.



Fluxograma 1: Fluxograma das etapas de inclusão e exclusão dos artigos.

Após a análise dos artigos foram selecionados 15 estudos produções para integrar este artigo de revisão. A Tabela 1 apresenta os textos escolhidos e sua distribuição por autoria, ano de publicação, título, revista e base de dados dos estudos selecionados.

Tabela 1: Estudos selecionados segundo autoria, ano de publicação, título, revista e base de dados dos estudos selecionados.

Autor/Ano	Título	Revista	Base de dados			
			PubMed	SciELO	G.A	Lilacs
BARRA et al. (2014)	Terapias alternativas no climatério.	Revista Femina.			01	
VELOSO et al. (2014)	Mudanças biopsicossociais vivenciadas por mulheres no climatério: um reflexo da influência de gênero.	Revista Saúde em Foco.	01			
CARDOSO et al. (2015)	Percepções sobre as mudanças nas atividades cotidianas e nos papéis ocupacionais de mulheres no climatério.	Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional UFSCar.		01		
ZAKIR et al. (2015)	Benefícios à saúde humana do consumo de isoglavonas presentes em produtos derivados da soja.	Journal of bioenergy and food science.	01			
ARANHA et al. (2016)	Climatério e menopausa: percepção de mulheres usuárias da estratégia saúde da família.	Revista tempo em saúde.		01		
FREITAS et al. (2017).	Atenção farmacêutica no climatério e menopausa.	Revista FAPAN.		01		
FARIA et al.	Fitoestrogênios como alternativa na terapia de	Revista Brasileira de		01		

(2017)	reposição hormonal no climatério.	Ciências da Vida.				
DIAS et al. (2017)	Uso de fitoterápicos e potenciais riscos de interações medicamentosas: reflexões para prática segura.	Revista Baiana de Saúde Pública.			01	
POMPEI et al. (2018)	Consenso Brasileiro de Terapêutica Hormonal da Menopausa.	Associação Brasileira do Climatério - SOBRAC				01
MELO et al. (2019)	Assistência da enfermagem à mulher no climatério na atenção básica de saúde.	Revista de Iniciação Científica e Extensão			01	
AMORIN (2019)	Climatério, menopausa: desafios na vida pessoal e profissional da mulher.	Revista Oswaldo Cruz.			01	
SILVEIRA et al. (2019)	Isoflavona de soja como alternativa de reposição hormonal na menopausa.	Revista Saúde & Ciência em Ação.	01			
MARQUES et al. (2019)	Prescrição farmacêutica de medicamentos fitoterápicos.	Brazilian Journal of Natural Sciences.			01	
ESTEVES et al. (2020)	Medicamentos fitoterápicos: prevalência, vantagens e desvantagens de uso na prática clínica e perfil e avaliação dos usuários	Revista USP Medicina.			01	
CARNEIRO et al. (2020)	Assistência de enfermagem a mulher climatérica: estratégias de inclusão na rotina das unidades básicas de saúde	Revista Extensão			01	

DISCUSSÃO

Impactos do climatério no organismo da mulher

O climatério é uma fase fisiológica da vida da mulher. Nesta fase, ocorre uma transição entre o período reprodutivo e não reprodutivo, que se caracteriza pela diminuição da secreção hormonal, de modo que o ciclo menstrual relacionado ao declínio da função ovariana é interrompido permanentemente, ou seja, a mulher deixa de produzir óvulos tornado estéril pelo decurso da vida e pela idade. A palavra climatério é derivada do grego "Klimater", que significa escada, e é usada para denotar qualquer estágio importante, mas, que seja considerado crítico (ESTEVES et al., 2020).

As manifestações da síndrome da climatérica são diversas, portanto, podem existir sinais e sintomas que não sejam comuns a todas as pacientes tais como: suores noturnos, músculos do assoalho pélvicos enfraquecidos que levam à incontinência urinária, distúrbios do sono, alterações de humor e depressão. Pode haver fadiga, dores articulares ou musculares e coceira vaginal. Em termos de sintomas psicológicos, pode haver aumento da frequência de nervosismo, irritabilidade e tristeza, depressão, diminuição da capacidade de pensar e de tomar decisões, que muitas vezes interferem na qualidade de vida e na vida social das mulheres (SILVEIRA et al., 2019).

Ressalte-se que o climatério compreende o período de transição entre as fases reprodutiva e não reprodutiva, inicia-se por volta dos 40 anos e costuma ser acompanhada de sintomas e dificuldades característicos nas seguintes áreas: emoções e interações sociais., "ondas de calor, sudorese noturna e diurna, fadiga, irritabilidade e distúrbios do sono podem comprometer, em diferentes graus, o bem-estar e capacidade de realização das atividades diárias das mulheres" (DIAS et al., 2017).

Estes sintomas por sua vez, causam desequilíbrio o organismo físico e psicológico da mulher necessitando assim de intervenções farmacológicas e não farmacológicas desde que sejam benéficas e amenizem os sintomas. Destaca-se que dentre os sintomas os autores Dias et al. (2017), Pompei et al. (2018), Marques et al. (2019) e Carneiro et al. (2020) destacam que as ondas de calor são aquelas que mais

acometem as mulheres, isto porque independentemente da idade o climatério tende a impactar todas mulheres (CARNEIRO et al., 2020).

Nesse aspecto, a intervenção medicamentosa terapêutica torna-se necessária. Atualmente, a terapia hormonal (TH) é considerada a terapia mais eficaz para reduzir ou eliminar os sintomas do climatério e ainda, reduzindo a frequência da intensidade destes sintomas, porém, como toda a utilização medicamentosa requer cuidados e análise interações medicamentosas e efeitos colaterais, os riscos de desenvolvimento de doenças cardiovasculares e câncer de mama, aumentam significativamente durante a utilização destes métodos fármaco terapêuticos (AMORIN, 2019).

Desta forma, é importante compreender durante o período de tratamento e da própria avaliação para utilização medicamentosa em qual fase do climatério a mulher se encontra, isso porque “o climatério é chamado ou confundido com a menopausa. Isso acontece porque, na verdade, o climatério é dividido em três fases: pré-menopausa, menopausa e pós-menopausa” (FARIA et al., 2017).

A existência de ambas as fases é um processo de preparação para o corpo da mulher que envolve a pré-menopausa através de alterações no fluxo ou ainda hemorragias, na menopausa de fato a atividade hormonal diminui e junto dela a menstruação, ou seja, a vida reprodutiva acaba e o ciclo final pós-menopausa em que os sintomas que aparecem simultaneamente caracterizando assim o climatério (DIAS et al., 2017).

Assim, compreendido o que é o climatério se torna importante apresentar os tipos de tratamento disponíveis em farmacologia para o climatério.

Tipos de tratamento para o climatério

Seguir uma conduta farmacológica como tratamento para o climatério requer a atenção aos seguintes critérios análise da pressão arterial, comparação dos valores limítrofes de pressão através das visitas sucessivas, análise dos sintomas, orientação para mudança de hábitos rotineiros e inclusão atividades físicas, restrições ao sol, diminuição do consumo do álcool, “Se os valores são > 140/90mmHg depois de três meses de modificações no estilo de vida ou se os valores iniciais são > 160mmHg de sistólica e > 100 de diastólica deverá ser iniciado o tratamento farmacológico individualizado” (MARQUES et al., 2019).

Estas avaliações podem ser realizadas por profissionais da saúde habilitados como médicos, enfermeiros, farmacêuticos, porém, por haver necessidade prescrição para compra deste tipo de medicamento, ainda que o farmacêutico identifique os sintomas do climatério, não há que se falar em adequação dos medicamentos isentos de prescrição para este tipo de sintoma, por isso a visita ao médico deve ser a principal orientação do farmacêutico, para que a mulher consiga ser acompanhada de forma adequada, isto porque o trabalho do farmacêutico deve ser realizado de forma interdisciplinar em prol do paciente, ou seja, diversos profissionais da saúde devem atuar juntos para auxiliar a mulher em seu período de climatério (ARANHA et al., 2016).

Existe um dos tipos de medicamentos farmacológicos criado a partir de plantas medicinais devidamente autorizados pelos órgãos regulamentadores, neste caso o tratamento respeita os questionamentos do Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira, através dele é possível estudar

plantas que tenham efeitos medicinais e criar medicamentos classificados como fitoterápicos, contendo em sua bula as informações adequadas para seu uso, além da necessidade de veiculação obrigatória à receita médica e fazem parte inclusive dos medicamentos fitoterápicos disponíveis do SUS – Sistema Único de Saúde (FREITAS et al., 2017).

Desta forma, o tratamento fitoterápico é extremamente relevante para manutenção da saúde da mulher, sobretudo no período do climatério.

Fitoterapia no climatério e a segurança do paciente

A segurança do paciente é atualmente um tema recorrente na agenda de discussão internacional, pois as instituições de saúde necessitam de procedimentos mais seguros para reduzir significativamente os danos evitáveis à saúde das pessoas. A segurança do paciente é considerada essencial no treinamento de profissionais de saúde para implementar um sistema de saúde confiável para minimizar a incidência e o impacto de lesões e maximizar a recuperação de qualidade (FREITAS et al., 2017).

A fitoterapia é uma forma de tratamento que se caracteriza pela utilização de plantas medicinais em diferentes formas de medicamentos, sem a utilização de substâncias ativas isoladas, mesmo as de origem vegetal. O uso de plantas medicinais na arte de curar é uma forma de tratamento que se originou em uma época muito antiga, a partir do acúmulo de informações passadas de geração a geração. Durante séculos, os produtos derivados de plantas tornaram-se a base para o tratamento de diferentes doenças (VELOSO et al., 2014).

Destaca-se que o uso de fitoterápicos e suplementos alimentares tem aumentado significativamente em todo o mundo devido à popularidade dos medicamentos, principalmente na Europa, Estados Unidos e Austrália. A fitoterapia é implementada como um tratamento integral no Brasil e é muito útil em programas de atenção primária à saúde por sua eficácia e baixo custo operacional. Através da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) e da Política Nacional de Plantas Mediciniais e Fitoterápicos (PNPMF), foi possível a adequação aos princípios basilares do SUS de modo a fazer uso das plantas medicinais com a finalidade de produzir medicamentos fitoterápicos (CARDOSO et al., 2015).

No Brasil, o potencial de desenvolvimento dessa terapia é enorme, com a maior diversidade vegetal do mundo, ampla diversidade social, e utilizando plantas medicinais relacionadas aos conhecimentos e tecnologias tradicionais para comprovar cientificamente esse conhecimento. No entanto, a administração simultânea de medicamentos convencionais e plantas medicinais e / ou ervas irá alterar o nível de resposta a certos receptores, levando à expansão ou redução dos efeitos farmacológicos esperados (AMORIN, 2019).

Devido às potenciais interações medicamentosas, é comum a prescrição de combinações de medicamentos para a recuperação do paciente, o que nem sempre traz os benefícios desejados. Essas interações não se limitam ao escopo dos produtos químicos sintéticos, mas também incluem produtos químicos encontrados em plantas usadas para fazer chá, xaropes caseiros e ervas (VELOSO et al., 2014).

As interações medicamentosas (MI) ocorrem quando os efeitos de um medicamento são alterados pela presença de outra substância, que pode incluir substâncias contidas em ervas, alimentos e preparações

químicas. Potenciais interações medicamentosas entre medicamentos e ervas podem causar alterações relacionadas na concentração plasmática do medicamento, o que, por sua vez, leva a alterações em sua eficácia e segurança. Atualmente, as pessoas estão cada vez mais atentas à informação e conscientização sobre o uso correto dos medicamentos: as ervas, quando ingeridas de maneira incorreta e ou indiscriminada, seus efeitos e danos ao organismo (CARNEIRO et al., 2020).

Assim, deve-se preservar a segurança do paciente através da avaliação das possíveis interações medicamentosas e evitar que outras doenças ocorram por causa da medicação.

Diminuição dos sintomas do climatério pelo uso da *Glycine Max*

As isoflavonas de soja são o tipo mais comum de leguminosas na espécie fabaceae. Um fator muito importante é que essas isoflavonas são consideradas fitoestrógenos porque são semelhantes ao estrogênio humano e, portanto, têm afinidade para os receptores de estrogênio. Sua fórmula molecular básica é $C_{15}H_{10}O_2$. Esses receptores de estrogênio são alfa e beta, alfa é mais comumente encontrado no útero e nos seios, e beta é encontrado nos ossos e no sistema cardiovascular (DIAS, 2017).

As isoflavonas são o maior componente fenólico encontrado na soja, variando de 0,1 a 5 mg/g. As isoflavonas de soja podem existir em várias formas moleculares, como derivados de malonil e β -glicosídeos e agliconas, que são moléculas sem açúcar. Em 1990, o Instituto Nacional do Câncer dos Estados Unidos conduziu uma pesquisa em que as isoflavonas podem ter a capacidade de retardar a perda óssea em mulheres na menopausa. Eles chegaram a essa conclusão após observar o alto consumo de soja em países asiáticos (CARDOSO et al., 2015).

Os fitoestrógenos mais comumente usados para mulheres durante a menopausa são as isoflavonas extraídas da soja. As substâncias ativas mais comuns na soja são as supracitadas aglicona genisteína, daidzeína e gliciteína. O interesse em usar as isoflavonas de soja (*Glycine Max*) para o tratamento dos sintomas da menopausa vem de estudos epidemiológicos realizados em países ocidentais, onde o consumo de soja é alto, podendo-se observar que as mulheres não apresentam ondas de calor (CARNEIRO et al., 2020).

A terapia de reposição hormonal (TRH) a base de *Glycine Max* apresenta melhoras evidentes nos sintomas do climatério, um dos principais aspectos a se tratar sobre este fitoterápico é o aumento da densidade óssea reduzindo assim o risco de osteoporose, problemas cardiovasculares pois diminuem os níveis de HDL e as irregularidades menstruais pois a TRH ajuda a regular o período menstrual. Destaca-se um estudo realizado por *Women's Health Initiative* (WHI) demonstrou em um estudo que a TRH com fitoestrógenos diminuía vários riscos associados ao infarto agudo do miocárdio e trombose (MARQUES et al., 2019).

Em um estudo realizado com 411 mulheres climatéricas, que consumiam cerca de 40 a 100 mg/dia de isoflavonas, apresentaram uma queda nos sintomas dos fogachos e sudoreses noturnas e com isso concluiu-se que os fitoestrógenos podem ser utilizados como tratamento de primeira escolha durante o climatério. Desta forma, foi possível mensurar a finalidade benéfica da terapia de reposição hormonal e como o equilíbrio hormonal pode ser implantado no organismo tanto por medicamentos sintéticos quanto

fitoterápicos (BARRA et al., 2014)

Em outro estudo duplo-cego na escola Paulista de medicina pode-se avaliar os efeitos das isoflavonas nos sintomas do climatério. Algumas mulheres receberam uma dose de 100mg/dia de isoflavonas por 16 semanas e então apresentaram redução nos sintomas do climatério, com isso associou-se o uso de isoflavonasa uma importante melhora nos sintomas da menopausa (CARNEIRO et al., 2020)

Assim, através da utilização do medicamento fitoterápico *Glycine Max* restou comprovada a sua eficiência para diminuição dos efeitos do climatério, beneficiando as mulheres no controle dos sintomas.

CONCLUSÕES

O climatério representa um estágio de longo prazo do ciclo de vida feminino e seu impacto é imprevisível. Algumas mulheres não sentirão os efeitos da redução da carga hormonal, mesmo aquelas que a sentem do ponto de vista biológico, psicológico, social e espiritual. Menopausa é menopausa. Esses termos são diferentes, mas estão relacionados entre si e podem afetar significativamente a qualidade de vida das mulheres. Embora fisiológicas a menopausa e a menopausa sejam medicadas na tentativa de reduzir seus efeitos.

Vale ressaltar que a TRH sintética ainda é uma forma de tratamento amplamente utilizada entre os participantes, embora ofereça riscos, conforme descoberto. A maioria das mulheres acredita que a TRH só é arriscada com o uso de longo prazo. Acredita-se que essa percepção seja decorrente do desconhecimento e da baixa escolaridade da amostra deste estudo.

Poucas mulheres conhecem ou usam recursos fitoterápicos para controlar os sintomas, e as mulheres que usam o chá de folhas de amora são os principais recursos naturais usados no tratamento. Entre os benefícios associados ao chá de folhas de amora, a redução das ondas de calor é particularmente proeminente, o que levou a queixas de mulheres na menopausa.

Pode-se verificar pela literatura científica que o uso de fitoestrógenos para controlar os sinais e sintomas da síndrome da menopausa é uma coisa recente, ainda existem muitas lacunas, claro, ainda existem muitas a serem descobertas. A literatura mostra que essa forma de tratamento é uma alternativa eficaz para melhorar a qualidade de vida das mulheres.

REFERÊNCIAS

AMORIN, E.. Climatério, menopausa: depois na vida pessoal e profissional da mulher. **Revista Oswaldo Cruz**, v.3, n.4, p.1-10, 2019.

ARANHA, J. S.; LIMA, C. B.; LIMA, M. N. F. A.; NOBRE, J. O. C.. Climatério e menopausa: percepção de mulheres usuárias da estratégia saúde da família. **Revista Tempo em Saúde**, v.16, n.2, p.1-16, 2016.

BARRA, A. A.; ALBERGARIA, D. A.; MARIANO, F. M.; DANTAS, J. B.; PINTO, K. M. C.; RESENDE, N. M.. Terapias alternativas no climatério. **Revista Femina**, v.42, n.1, p.27-31, 2014.

CARDOSO, M. R.; CAMARGO, M. J. G.. Percepções sobre as

mudanças nas atividades cotidianas e nos papéis ocupacionais de mulheres no climatério; **Cad. Ter. Ocup. UFSCar**, São Carlos, v.23, n.3, p.553-569, 2015. DOI: <http://dx.doi.org/10.4322/0104-4931.ctoAO0574>

CARNEIRO, M. E. S. G.; SILVA, P. A.; MARKUS, G. W. S.; PEREIRA, R. A.; COUTO, G. B. F.; DIAS, A. K.. Assistência de enfermagem a mulher climatérica: estratégias de inclusão na rotina das unidades básicas de saúde. **Revista Extensão**, v.4, n.2, p.115-125, 2020.

DIAS, E. C. M.; TRIVISAN, D. D.; NAGAI, S. C.; RAMOS, N. A.; SILVA, E. M.. Uso de fitoterápicos e potenciais riscos de interações medicamentosas: reflexões para prática segura.

Revista Baiana de Saúde Pública, v.41, n.2, p.297-307, 2017.

DOI: <http://doi.org/10.22278/2318-2660.2017.v41.n2.a2306>

ESTEVES, C. O.; RODRIGUES, R. M.; MARTINS, A. L. D.; VIEIRA, R. A.; BARBOSA, J. L.; VILELA, J. B. F.. Medicamentos fitoterápicos: prevalência, vantagens e desvantagens de uso na prática clínica e perfil e avaliação dos usuários. **Revista da USP Medicina**, v.99, n.5, p.463-472, 2020.

DOI: <http://doi.org/10.11606/issn.1679-9836.v99i5p463-472>

FARIA, A. C. P.; OLIVEIRA, F. Q.. Fitoestrogênios como alternativa na terapia de reposição hormonal no climatério. **Revista Brasileira de Ciências da Vida**, v.5, n.1, p.1-24, 2017.

FREITAS, K. S.; MIRANDA, V. F.; GAMA, E. F.; NASCIMENTO, R.. Atenção Farmacêutica no Climatérios e Menopausa. **Revista FAPAN**, v.4, n.3, p.1-9, 2017.

MARQUES, P. A.; SIMÃO, T. A.; MORIYA, M. M.; DIAS, G.; ANTUNES, V. M. S.; OLIVEIRA, C. R.. Prescrição farmacêutica de medicamentos fitoterápicos. **Brazilian Journal of Natural Sciences**, v.2, n.1, p.1-15, 2019.

DOI: <http://doi.org/10.31415/bjns.v2i1.47>

MELO, A. A. C.; SILVA, E. P. C.; GIOTTO, A. C.. Assistência da enfermagem à mulher no climatério na atenção básica de saúde. **Revista de Iniciação Científica e Extensão**, v.2, n.4, p.213-218, 2019.

POMPEI, L. M.; MACHADO, R. B.; OSÓRIO, M. C.; WENDER, C.; FERNANDES, E.. Consenso Brasileiro de Terapêutica Hormonal da Menopausa. **Associação Brasileira do Climatério – SOBRAC**, v.4, n.2, p.1-100, 2018.

SILVEIRA, D. M.; CAVALCANTE, I. D. S. P.. Isoflavona de soja como alternativa de reposição hormonal na menopausa. **Revista Saúde & Ciência em Ação**, v.5, n.1, p.24-40, 2019.

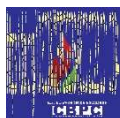
VELOSO, L. C.; NERY, I. S.; CELESTINO, D. S. S.. Mudanças biopsicossociais vivenciadas por mulheres no climatério: um reflexo da influência de gênero. **Revista Saúde em Foco**, v.1, n.1, p.46-71, 2014.

ZAKIR, M. M.; FREITAS, I. R.. Benefícios à saúde humana do consumo de isoflavonas presentes em produtos derivados da soja. **J. Bioen. Food Sci**, v.2, n.3, p.107-116, 2015. DOI: <http://dx.doi.org/10.18607/jbfs.v2i3.50>

Os autores detêm os direitos autorais de sua obra publicada. A CBPC – Companhia Brasileira de Produção Científica (CNPJ: 11.221.422/0001-03) deterá os direitos materiais dos trabalhos publicados (obras, artigos etc.). Os direitos referem-se à publicação do trabalho em qualquer parte do mundo, incluindo os direitos às renovações, expansões e disseminações da contribuição, bem como outros direitos subsidiários. Todos os trabalhos publicados eletronicamente poderão posteriormente ser publicados em coletâneas impressas ou digitais sob coordenação da Companhia Brasileira de Produção Científica e seus parceiros autorizados. Os (as) autores (as) preservam os direitos autorais, mas não têm permissão para a publicação da contribuição em outro meio, impresso ou digital, em português ou em tradução.

Todas as obras (artigos) publicadas serão tokenizadas, ou seja, terão um NFT equivalente armazenado e comercializado livremente na rede OpenSea (https://opensea.io/HUB_CBPC), onde a CBPC irá operacionalizar a transferência dos direitos materiais das publicações para os próprios autores ou quaisquer interessados em adquiri-los e fazer o uso que lhe for de interesse.

Em exceção, os autores da seção especial "Registro de Obras Artísticas (fotografias, músicas, poesias, poemas, sonetos etc.)", existente em periódicos da área "Artes/Música", preservam os direitos autorais e materiais. Estes podem solicitar que a CBPC transforme suas obras em NFT para que eles mesmos possam comercializar na rede OpenSea ou outras plataformas de tokens digitais.



Os direitos comerciais deste artigo podem ser adquiridos pelos autores ou quaisquer interessados através da aquisição, para posterior comercialização ou guarda, do NFT (Non-Fungible Token) equivalente através do seguinte link na OpenSea (Ethereum).

The commercial rights of this article can be acquired by the authors or any interested parties through the acquisition, for later commercialization or storage, of the equivalent NFT (Non-Fungible Token) through the following link on OpenSea (Ethereum).



<https://opensea.io/assets/ethereum/0x495f947276749ce646f68ac8c248420045cb7b5e/44951876800440915849902480545070078646674086961356520679561157130402685517825/>