

**UTILIZAÇÃO DE PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS POR MULHERES NO CLIMATÉRIO****USE OF MEDICINAL PLANTS AND HERBAL MEDICINES BY CLIMACTERIC WOMEN****USO DE PLANTAS MEDICINALES Y FITOTERÁPICOS POR MUJERES EN EL CLIMATERIO**

Leila Santos Neto<sup>1</sup>, Thais Nayara Soares Pereira<sup>2</sup>, Marcus Vinícius Gonçalves Lima<sup>3</sup>, Fabrício da Gama Pereira<sup>4</sup>, Pollyanna de Siqueira Queirós Valerio<sup>5</sup>, Daniela do Carmo Oliveira Mendes<sup>6</sup>, Denize Jussara Rupolo Dall' Agnolo<sup>7</sup>

e747563

<https://doi.org/10.47820/recima21.v7i4.7563>

PUBLICADO: 04/2026

**RESUMO**

A utilização de plantas como recurso terapêutico vem sendo empregada desde o início dos tempos. Acredita-se que uma das primeiras formas aplicadas para utilização dos produtos naturais tenha sido por meio da ingestão de ervas e folhas em prol do alívio e cura de doenças. Tais práticas também são aplicadas com o intuito de reduzir efeitos colaterais da menopausa, como por exemplo, os fogachos. Objetivo – Avaliar o uso de plantas medicinais e fitoterápicos para aliviar os sinais e sintomas do climatério. Metodologia – Trata-se de um estudo transversal analítico. Foram incluídas mulheres que fazem ou não uso de planta medicinal ou fitoterápico, que possuíam mais de dois sintomas característicos do climatério e que preencheram corretamente o questionário. Resultados – A maioria das participantes responderam acreditar na efetividade dessa terapêutica (46%). O fitoterápico de uso mais citado foi a Maca Peruana (n=2). Conclusão – Esse estudo evidenciou que poucas mulheres fazem utilização de plantas medicinais e fitoterápicos como recursos terapêuticos e, aquelas que utilizam, têm como principal recurso a amoreira-preta e a Maca Peruana.

**PALAVRAS-CHAVE:** Plantas medicinais. Climatério. Mulher.**ABSTRACT**

*The use of plants as therapeutic resources has been employed since ancient times. It is believed that one of the earliest forms of using natural products was through the ingestion of herbs and leaves for the relief and treatment of diseases. Such practices are also applied with the aim of reducing menopausal side effects, such as hot flashes. Objective – To evaluate the use of medicinal plants and phytotherapeutic products to alleviate the signs and symptoms of the climacteric period. Methodology – This is a cross-sectional analytical study. Women who did or did not use medicinal plants or phytotherapeutic products, who presented more than two characteristic*

<sup>1</sup> Doutora em Imunologia, Docente na Universidade do Estado de Mato Grosso, Curso de Enfermagem, Tangará da Serra – MT, Brasil.

<sup>2</sup> Graduada em Enfermagem, Universidade do Estado de Mato Grosso, Curso de Enfermagem, Tangará da Serra – MT, Brasil.

<sup>3</sup> Doutor em Zootecnia, Docente na Universidade do Estado de Mato Grosso, Curso de Agronomia, Tangará da Serra – MT.

<sup>4</sup> Graduado em Enfermagem, Universidade do Estado de Mato Grosso, Tangará da Serra – MT, Brasil.

<sup>5</sup> Doutora em Enfermagem, Docente na Universidade do Estado de Mato Grosso, Curso de Enfermagem, Tangará da Serra – MT, Brasil.

<sup>6</sup> Doutora em Enfermagem Psiquiátrica, Docente na Universidade do Estado de Mato Grosso, Curso de Enfermagem, Tangará da Serra – MT, Brasil.

<sup>7</sup> Doutora em Farmacologia e Biotecnologia, Docente na Universidade do Estado de Mato Grosso, Curso de Enfermagem, Tangará da Serra – MT, Brasil.



## REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

UTILIZAÇÃO DE PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS POR MULHERES NO CLIMATÉRIO  
 Leila Santos Neto, Thais Nayara Soares Pereira, Marcus Vinicius Gonçalves Lima, Fabrício da Gama Pereira,  
 Pollyanna de Siqueira Queirós Valerio, Daniela do Carmo Oliveira Mendes, Denize Jussara Rupolo Dall' Agnol

*climacteric symptoms, and who correctly completed the questionnaire were included. Results – Most participants reported believing in the effectiveness of this therapy (46%). The most frequently cited phytotherapeutic product was Peruvian maca (n=2). Conclusion – This study showed that few women use medicinal plants and phytotherapeutic products as therapeutic resources, and among those who do, the main resources used are black mulberry and Peruvian maca.*

**KEYWORDS:** Medicinal plants. Climacterium. Women.

### RESUMEN

*El uso de plantas como recursos terapéuticos se ha empleado desde tiempos antiguos. Se cree que una de las primeras formas de utilización de los productos naturales fue mediante la ingestión de hierbas y hojas con el fin de aliviar y tratar enfermedades. Estas prácticas también se aplican con el objetivo de reducir los efectos secundarios de la menopausia, como los sofocos. Objetivo – Evaluar el uso de plantas medicinales y productos fitoterapéuticos para aliviar los signos y síntomas del climaterio. Metodología – Se trata de un estudio analítico de corte transversal. Se incluyeron mujeres que utilizaban o no plantas medicinales o productos fitoterapéuticos, que presentaban más de dos síntomas característicos del climaterio y que completaron correctamente el cuestionario. Resultados – La mayoría de las participantes afirmó creer en la eficacia de esta terapéutica (46%). El producto fitoterapéutico más citado fue la maca peruana (n=2). Conclusión – Este estudio evidenció que pocas mujeres utilizan plantas medicinales y productos fitoterapéuticos como recursos terapéuticos y, entre aquellas que los utilizan, los principales recursos son la mora negra y la maca peruana.*

**PALABRAS CLAVE:** Plantas medicinales. Climaterio. Mujeres.

### INTRODUÇÃO

No mundo, a utilização de plantas como recurso terapêutico tem sido empregada desde os primórdios da sociedade, sendo difundido por meio de conhecimento popular ou por experiência científica. Acredita-se que uma das primeiras formas empregadas para utilização dos produtos naturais tenha sido por meio da ingestão de ervas e folhas em prol do alívio e cura de doenças (Fonseca; Giotto, 2021; Fialho; Basílio; Gusman, 2019; Veloso; Larrosa, 2011).

No Brasil, a utilização de espécies vegetais está diretamente relacionada com a riqueza etnocultural, tendo como alicerce diversas fontes influenciadoras tais como, os indígenas, os escravos africanos, os portugueses e espanhóis e a grande biodiversidade de espécies e ecossistemas (Fonseca; Giotto, 2021; Franken, 2015; Messias *et al.*, 2015).

A legitimação e a institucionalização da utilização de plantas medicinais e fitoterápicos, neste país, iniciou, principalmente, após a criação do Sistema Único de Saúde (SUS), na década de 80. Ainda nesse período, impulsionada pela Reforma Sanitária, a VIII Conferência Nacional de Saúde (CNS), mediante o relatório final, delibera a introdução de práticas alternativas nos serviços de saúde. Com a X CNS, há a incorporação de práticas como a fitoterapia, acupuntura e homeopatia ao SUS (Matta, 2021; Brasil, 2006).

A Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) define que planta medicinal é qualquer planta com capacidade de curar doenças ou aliviar sintomas, ou seja, que pode ser



## REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

UTILIZAÇÃO DE PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS POR MULHERES NO CLIMATÉRIO  
 Leila Santos Neto, Thais Nayara Soares Pereira, Marcus Vinicius Gonçalves Lima, Fabrício da Gama Pereira,  
 Pollyanna de Siqueira Queirós Valerio, Daniela do Carmo Oliveira Mendes, Denize Jussara Rupolo Dall' Agnol

utilizada com finalidade terapêutica. Os fitoterápicos, por outro lado, se trata de medicamentos, cuja matéria-prima é a planta medicinal, que possui conhecimento comprovado sobre sua eficácia e os riscos de seu uso (Brasil, 2014). Segundo Castro *et al.*, (2026) as plantas medicinais possuem a capacidade de tratar ou aliviar doenças, sendo utilizadas como remédios por determinadas comunidades. Uma planta medicinal contém diversas substâncias distintas que, quando utilizadas adequadamente e em combinação, interagem com o organismo para exercer uma função, seja na prevenção, tratamento ou recuperação de enfermidades.

Já a fitoterapia, segundo Gadelha (2013) é definida como a ciência que estuda as plantas medicinais, com finalidades terapêuticas, ora para prevenir, ora para curar um estado patológico. Este é um método terapêutico utilizado há milênios, que valoriza a biodiversidade e a cultura local de cada região.

Pinto e Felix (2026) afirmam que, o uso de plantas e ervas para tratar doenças é um saber tradicional que faz parte da cultura dos mais diversos povos, é uma prática ancestral que vem existindo e sendo reinventada ao longo dos anos, uma vez que as civilizações mais antigas utilizavam as plantas para curar e tratar enfermidades.

Entretanto, A efetividade terapêutica depende fundamentalmente do conhecimento dos mecanismos de ação dos compostos bioativos, das interações com o organismo humano, das vias de administração, doses adequadas e períodos de uso, aspectos que têm sido foco crescente de pesquisas farmacológicas para embasar a prática clínica baseada em evidências (Riaz *et al.*, 2023; Sochacka; Lachowicz-Wiśniewska, 2025). Tendo em vista esse cenário, buscou-se, com este trabalho, avaliar o uso de plantas medicinais e fitoterápicos para aliviar os sinais e sintomas do climatério que residem em um município do médio-norte mato-grossense.

### 1. REFERENCIAL TEÓRICO

Nos últimos anos, as práticas integrativas e complementares, dentre as quais se destacam as plantas medicinais e a fitoterapia, estão cada vez mais difundidas em todo o mundo. Destaca-se aqui, a incorporação dessas terapias no serviço público de saúde por intermédio de Conferências Nacionais em Saúde. Uma das formas de emprego das práticas são como coadjuvantes na terapia de reposição hormonal (acupuntura, hidroterapia, suplementação nutricional e reorientação alimentar, pilates e exercícios físicos, além da fitoterapia) (Matta, 2021; Araujo; Chagas; Lima, 2018).

Neste cenário, o climatério que é uma etapa natural da vida, ocorre geralmente entre os 40 e 65 anos de idade, e é caracterizada por grandes transformações psicossociais, afetivas, sexuais, ocupacionais e familiares (Brasil, 2016).

Assim, as alterações fisiológicas conferem sinais e sintomas característicos que podem ser transitórios ou permanentes. Segundo o Ministério da Saúde (2016) de forma transitória temos

ISSN: 2675-6218 - RECIMA21

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.



## REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

UTILIZAÇÃO DE PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS POR MULHERES NO CLIMATÉRIO  
Leila Santos Neto, Thais Nayara Soares Pereira, Marcus Vinicius Gonçalves Lima, Fabrício da Gama Pereira,  
Pollyanna de Siqueira Queirós Valerio, Daniela do Carmo Oliveira Mendes, Denize Jussara Rupolo Dall' Agnol

as alterações no ciclo menstrual, as alterações neurogênicas, como fogachos, calafrios, cefaleia, tonturas, insônia e fadiga e alterações psicogênicas como irritabilidade, depressão, dificuldade sexual e insônia (Mota; Matos; Amorim, 2021; Brasil, 2016; Silva *et al.*, 2014).

Alterações permanentes causadas no sistema urogenital, levam as mulheres ao ressecamento e sangramento vaginal, dispareunia, disúria, urgência miccional, as alterações no metabolismo ósseo, variam conforme estilo de vida e características genéticas, mudanças nos níveis de estrogênio são responsáveis por elevarem as chances de doenças cardiovasculares e ganho de peso com tendência ao acúmulo de gordura na região abdominal (Mota; Matos; Amorim, 2021; Brasil, 2016; Silva *et al.*, 2014).

Desses sintomas os psicossociais e de ordem afetiva, como a diminuição da autoestima, irritabilidade, sintomas depressivos, dificuldades sexuais, são os que mais interferem na qualidade de vida dessas mulheres (Mota; Matos; Amorim, 2021; Brasil, 2016; Fretta *et al.*, 2017; Silva *et al.*, 2014).

Para amenizar esses sintomas, desde o final da década de 90, as mulheres fazem uso de medicalização por meio de Terapia de Reposição Hormonal (TRH) (Avelino *et al.*, 2020; Pardini, 2014; Sa, 2012;).

Como uma alternativa para substituição do tratamento convencional de TRH ou como tratamento coadjuvante, algumas mulheres têm optado por uso de terapias complementares, como as plantas medicinais e os fitoterápicos, que possuem propriedades terapêuticas capazes de prevenir, atenuar e/ou curar estados patológicos (Rocha; Pereira; Carneira, 2018; Pardini, 2014; Souza; Oda, 2012). É importante frisar que tais terapias têm sido cada vez mais empregadas na assistência à saúde por apresentarem benefícios quanto a redução de sintomas da menopausa proporcionando, portanto, melhor qualidade de vida a essas mulheres (Rodrigues *et al.*, 2021; Araujo; Chagas; Lima, 2018).

Além disso, no contexto social e familiar, as mulheres, geralmente, são responsáveis pelo cuidado em saúde, incluindo até mesmo o tratamento de doenças, muito vezes feito por meio da utilização de plantas medicinais em suas variadas formas de preparo. Ao considerar as necessidades específicas da figura feminina, as práticas integrativas e complementares, como a utilização de plantas medicinais, procuram auxiliar no tratamento, prevenção e promoção da saúde (Pedroso; Andrade; Pires, 2021; Vasconcellos *et al.*, 2011).

## 2. MÉTODOS

Trata-se de um estudo transversal quantitativo descritivo, cuja coleta de dados foi realizada com mulheres residentes em Tangará da Serra, Mato Grosso, com idades entre 40 e 65 anos. A amostra deu-se por meio de critérios de inclusão e exclusão. Foram incluídas mulheres entre 40 e 65 anos que fazem ou não uso planta medicinal ou fitoterápico, que possuíam mais de

ISSN: 2675-6218 - RECIMA21

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.



## REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

UTILIZAÇÃO DE PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS POR MULHERES NO CLIMATÉRIO  
Leila Santos Neto, Thais Nayara Soares Pereira, Marcus Vinicius Gonçalves Lima, Fabrício da Gama Pereira,  
Pollyanna de Siqueira Queirós Valerio, Daniela do Carmo Oliveira Mendes, Denize Jussara Rupolo Dall' Agnol

dois sintomas característicos do climatério e que preencheram corretamente o questionário. Excluiu-se as que não residiam em Tangará da Serra, as que tinham algum déficit que as impossibilitassem de responder com clareza o questionário online ou que não o responderam corretamente.

A coleta de dados ocorreu por meio de um questionário online desenvolvido através do *Google Forms*® disponibilizado online, através do auxílio de meios de comunicação (redes sociais), tais como grupos de *Whatsapp*®, *Facebook*® e *Instagram*®, e também por meio de mídia eletrônica (Televisão e Rádio). Essas participantes foram convidadas a participar voluntariamente do estudo e após clicarem no link de acesso foram direcionadas ao questionário em que sua primeira página continha o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Após aceite do Termo, elas responderam um questionário com duração média de 30 minutos.

Os dados coletados continham questões sociodemográficas (idade, cor, escolaridade e estado civil), socioeconômica (trabalho remunerado e renda), dados antropométricos (peso e altura) autorreferidos para cálculo de Índice de Massa Corporal (IMC) e realização de atividade física regular, além do histórico médico pregresso, que foi classificado, posteriormente, de acordo a Classificação de Doenças por capítulo – CID – 10. Ademais, questionou-se sobre a data da última menstruação (DUM), sobre a realização de histerectomia e uso de terapia de reposição hormonal, ainda das questões específicas sobre plantas medicinais e fitoterápicos.

Para o cálculo do IMC, utilizou-se o peso em quilogramas dividido pela altura em metros ao quadrado ( $\text{kg}/\text{m}^2$ ). Os pontos de corte de IMC adotados foram realizados de acordo com os critérios recomendados pela Organização Mundial da Saúde (1995): abaixo do peso ( $>18,5$ ), normal ( $18,5-24,9 \text{ kg}/\text{m}^2$ ), sobrepeso ( $25,0-29,9 \text{ kg}/\text{m}^2$ ) e obesidade ( $\geq 30,0 \text{ kg}/\text{m}^2$ ).

Para avaliação da sintomatologia climatérica foi utilizado um questionário adaptado de Silva (2014) de acordo com a intensidade de cada sintomas: ausente, leve, moderado, intenso ou severo. Os sintomas foram classificados em vasomotores (sudorese, tontura, palpitação, fogachos), urogenitais (secura vaginal, dispareunia, diminuição da libido, urgência miccional e escape miccional) e psicológicos (depressão, ansiedade, alteração de humor, ansiedade, fadiga, desânimo, insônia e diminuição da concentração e memória).

Esses dados foram digitados na ferramenta desenvolvida a partir do software *Microsoft Office Excel 2010*®. Com a finalidade de organizar e compilar o banco de dados, foi utilizada a estatística descritiva como análise de frequências absolutas e relativas e cálculos de medidas de tendência central como média e moda. Os resultados foram apresentados na forma de gráficos e tabelas para melhor visualização.

Esta pesquisa faz parte de um subprojeto vinculado a pesquisa matriz “Condições de vida e saúde da população e práticas de cuidado no médio norte mato-grossense” aprovada no Comitê de Ética da Universidade do Estado de Mato Grosso (UNEMAT), pelo parecer número 2.964.893,

ISSN: 2675-6218 - RECIMA21

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.



## REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

UTILIZAÇÃO DE PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS POR MULHERES NO CLIMATÉRIO  
Leila Santos Neto, Thais Nayara Soares Pereira, Marcus Vinicius Gonçalves Lima, Fabrício da Gama Pereira,  
Pollyanna de Siqueira Queirós Valerio, Daniela do Carmo Oliveira Mendes, Denize Jussara Rupolo Dall' Agnol

respeitando os princípios e diretrizes da resolução 196/96 do Conselho Nacional de Pesquisa em Saúde que envolve seres humanos. Corroborando com isso, para garantir a preservação e minimização dos riscos, para todos os participantes da pesquisa, foi aplicado por meio eletrônico o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Segundo os achados deste estudo, a amostra coletada constituiu-se de 48 mulheres, dessas 37,5% com faixa etária de idade de 40 a 45 anos, sendo 56,25% do total casadas, valor semelhante ao obtido no estudo de Schiavo e seus parceiros (2017), em que 57,1% das mulheres eram casadas. Em relação a escolaridade, 54,17% das mulheres completaram o ensino superior. O que diferente de outros estudos como por exemplo o de Faria e Oliveira (2017) em que a predominância foi do ensino médio completo (35%), já no de Souza e seus Colaboradores (2020) foi a de não conclusão do ensino fundamental (45,2%). Uma hipótese que pode ser levantada para esse achado é em relação ao meio que foi utilizado para coleta de dados, visto que, como foram utilizados meios eletrônicos acredita-se que as mulheres graduadas possuem maior facilidade em utilizar essa ferramenta (Mota; Matos; Amorim, 2021).

Em relação a renda, 72,92% exercem trabalho remunerado. Dessas 33,33% recebem de 1 a 2 salários-mínimos. Esse achado corrobora com o estudo realizado por Schiavo e seus colaboradores (2017), em que 42,8% declararam receber essa média salarial. Um ponto interessante dentre os resultados deste trabalho é que mais da metade das mulheres (52,08%) recebem 2 salários-mínimos ou mais, o que difere de outros estudos (Lima *et al.*, 2019; Gelatti; Oliveira; Colet, 2016).

A amostra foi constituída por 48 mulheres residentes no município de Tangará da Serra (MT). Conforme dados apresentados na Tabela 1, verificou-se que maior parte se encontrava na faixa etária entre 40 e 45 anos, 37,50%, se autodeclaravam pardas, 45,83%, ou brancas, 43,75%. Ainda, a maioria das participantes, 56,25%, são casadas e têm ensino superior completo, 54,17%.

**Tabela 1.** Dados sociodemográficos das mulheres climatéricas do município Tangará da Serra, Mato Grosso

Variável	Frequência (n)	Porcentagem (%)
<b>Sexo</b>		
Feminino	48	100,00
<b>Faixa Etária</b>		
40 a 45 anos	18	37,50
46 a 50 anos	9	18,75
51 a 55 anos	14	29,17
56 a 60 anos	4	8,33
61 a 65 anos	3	6,25
<b>Cor</b>		

ISSN: 2675-6218 - RECIMA21

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.



## REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

UTILIZAÇÃO DE PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS POR MULHERES NO CLIMATÉRIO  
Leila Santos Neto, Thais Nayara Soares Pereira, Marcus Vinicius Gonçalves Lima, Fabrício da Gama Pereira,  
Pollyanna de Siqueira Queirós Valerio, Daniela do Carmo Oliveira Mendes, Denize Jussara Rupolo Dall' Agnol

Branca	21	43,75
Parda	22	45,83
Amarela	2	4,17
Negra	3	6,25
Indígena	0	0,00
<b>Estado Civil</b>		
Solteira	6	12,50
Casada	27	56,25
Separada/Divorciada	11	22,92
Outro	4	8,33
<b>Variável</b>	<b>Frequência (n)</b>	<b>Porcentagem (%)</b>
<b>Escolaridade</b>		
Analfabeta	0	0,00
Sabe ler/escrever	2	4,17
Ensino fund. Inc.	4	8,33
Ensino fund. Comp.	1	2,08
Ensino médio inc.	3	6,25
Ensino médio comp.	9	18,75
Ensino superior inc.	3	6,25
Ensino superior comp.	26	54,17
<b>Total</b>	<b>48</b>	<b>100,00</b>

Quanto às características socioeconômicas das mulheres climatéricas, a maioria referiu exercer atividade remunerada, 72,92%, e a maior parte têm renda mensal 1 a 2 salários-mínimos/mês, 33,33%, conforme a Tabela 2.

**Tabela 2.** Dados socioeconômicos das mulheres climatéricas do município Tangará da Serra, Mato Grosso

<b>Variável</b>	<b>Frequência (n)</b>	<b>Porcentagem (%)</b>
<b>Trabalho Remunerado</b>		
Sim	35	72,92
Não	13	27,08
<b>Renda</b>		
Menos que um salário-mínimo	7	14,58
De 1 a 2 salários-mínimos	16	33,33
De 2 a 3 salários-mínimos	10	20,83
De 3 a 4 salários-mínimos	5	10,42
Mais que 4 salários-mínimos	10	20,83
<b>Total</b>	<b>48</b>	<b>100,00</b>

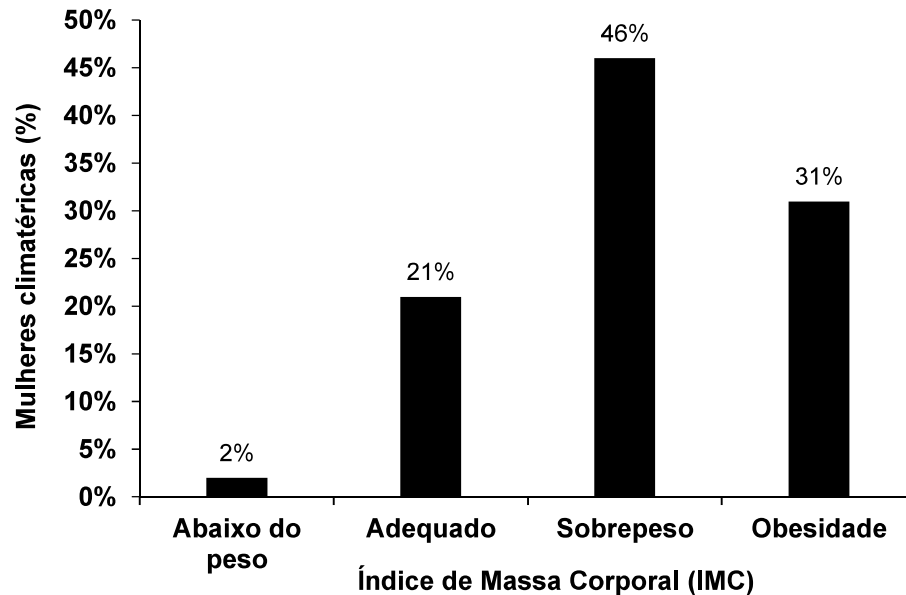
Em relação a avaliação antropométrica, a maioria das mulheres responderem não praticar exercícios físicos três ou mais vezes por semana, 56%. Quando calculado o Índice de Massa Corporal (IMC) foi possível perceber que a maior parte das participantes estão com sobrepeso, 46%, conforme mostra a Figura 1.



## REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

UTILIZAÇÃO DE PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS POR MULHERES NO CLIMATÉRIO  
Leila Santos Neto, Thais Nayara Soares Pereira, Marcus Vinicius Gonçalves Lima, Fabrício da Gama Pereira,  
Pollyanna de Siqueira Queirós Valerio, Daniela do Carmo Oliveira Mendes, Denize Jussara Rupolo Dall' Agnol

**Figura 1.** Percentual do Índice de Massa Corporal (IMC) de mulheres climatéricas residentes no município de Tangará da Serra, Mato Grosso



Outro resultado obtido com este trabalho é que 56% das mulheres não praticam regularmente exercícios físicos, estando 46% com sobrepeso. Nesse sentido, sabe-se que a qualidade de vida é afetada por muitos fatores, como os antropométricos, a exemplo o sobrepeso e obesidade. Nesse estudo, a maioria amostral não praticava exercícios físicos regularmente e a maior parte encontram-se com sobrepeso.

Esses dados são importantes pois, conforme outros trabalhos, a prática regular de atividades físicas está relacionada com a melhoria de sintomas referentes ao climatério (Souza *et al.*, 2020; Calista *et al.*, 2018; Fretta *et al.*, 2017).

Para Alves *et al.*, (2015), em estudo feito com 260 mulheres no climatério, foi possível levantar a hipótese de que a prática regular de exercícios físicos pode ter relação com à menor intensidade dos sintomas do climatério e melhora no desempenho sexual, visto que, dentre as pesquisadas que praticavam exercícios por pelo menos três vezes na semana a maioria referiram sintomas leves.

O que também é levantado por Rocha *et al.*, (2014) em que grande parte da amostra apresentou sobrepeso ou obesidade, estando esses relacionados às doenças crônicas (obesidade, diabetes, osteopenia, osteoporose), aumento do ganho de peso e intensificação dos sintomas climatéricos e menopausais. A relação da intensificação dos sintomas do climatério com valor de IMC também foi vista em outros trabalhos (Rezende *et al.*, 2020; Oldra, 2019; Rodrigues, 2019; Dias, 2018; Fretta *et al.*, 2017; Gonçalves *et al.*, 2011).



## REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

UTILIZAÇÃO DE PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS POR MULHERES NO CLIMATÉRIO  
Leila Santos Neto, Thais Nayara Soares Pereira, Marcus Vinicius Gonçalves Lima, Fabrício da Gama Pereira,  
Pollyanna de Siqueira Queirós Valerio, Daniela do Carmo Oliveira Mendes, Denize Jussara Rupolo Dall' Agnol

Na tabela 3 é apresentado os dados referentes as comorbidades, a maioria afirmou não possuírem, 62,50% (n=30). Para as que responderam ter alguma patologia de base, as doenças do sistema circulatório foi o grupo mais citado, 33,33%, seguido por doenças endócrinas, nutricionais e metabólicas, 23,81%, segundo a classificação por capítulos do CID-10. Tabela 2.

**Tabela 3.** Patologias relatadas pelas mulheres climatéricas classificadas por capítulo do CID-10 do município de Tangará da Serra, Mato Grosso

Variável	Frequência (n)	Porcentagem (%)
<b>Capítulo CID-10</b>		
IV – Doenças endócrinas, nutricionais e metabólicas	5	23,81
V – Transtornos mentais e comportamentais	2	9,52
VI – Doenças do sistema nervoso	1	4,76
VIII – Doenças do ouvido e processo mastoide	1	4,76
IX – Doenças do sistema circulatório	7	33,33
X – Doenças do aparelho respiratório	2	9,52
XII – Doenças de pele e do tecido subcutâneo	1	4,76
XIII – Doenças do sistema osteomuscular e do tecido conjuntivo	2	9,52
<b>Total</b>	<b>21</b>	<b>100,00</b>

Por isso, mediante ao fato da maioria das climatéricas serem sedentárias, futuramente podem sofrer algum prejuízo à saúde, visto que, 37,5% já possuem algum tipo de comorbidade como doenças do sistema circulatório (33,33%) e doenças endócrinas-nutricionais-metabólicas (23,81%). As doenças do sistema circulatório, CID 10 que mais foi citado, possui fatores de risco imodificáveis como sexo, idade, hereditariedade e modificáveis como sedentarismo, obesidade, dislipidemias, diabetes mellitus. Nos últimos anos, os fatores que podem ser mudados, surgem como reflexo da mudança nutricional da população, visto que, houve redução dos casos de desnutrição e elevação do excesso de peso. Esses fatores aumentam as probabilidades do surgimento dessas doenças, o que torna ainda mais importante desenvolver estratégias para redução do excesso de peso junto à comunidade e em especial as climatéricas (Avelino *et al.*, 2020; Rissardi; Soares; Ayala, 2020; Oliveira *et al.*, 2018; Silva *et al.*, 2014).

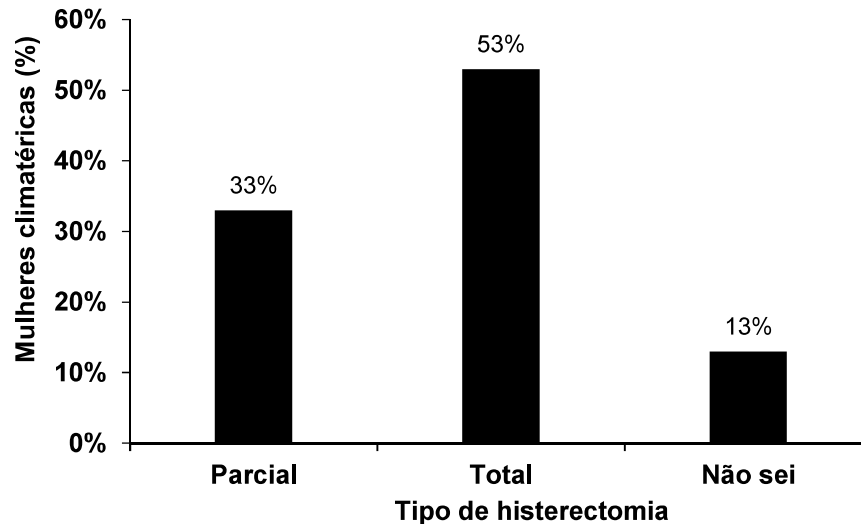
Outro ponto questionado foi acerca da data da última menstruação (DUM). Assim, estabeleceu-se duas categorias: As com DUM superior a 12 meses e as inferiores a 12 meses, 43,75% e 56,25%, respectivamente. Dessas, a menor parte não se submeteram a procedimento de histerectomia, 31,25%, sendo o procedimento sua forma total o tipo mais comum, 53%, conforme evidencia a Figura 2.



## REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

UTILIZAÇÃO DE PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS POR MULHERES NO CLIMATÉRIO  
Leila Santos Neto, Thais Nayara Soares Pereira, Marcus Vinicius Gonçalves Lima, Fabrício da Gama Pereira,  
Pollyanna de Siqueira Queirós Valerio, Daniela do Carmo Oliveira Mendes, Denize Jussara Rupo Dall' Agnol

**Figura 2.** Relação do tipo de histerectomia que as mulheres climatéricas realizaram em Tangará da Serra, Mato Grosso



Com relação a menopausa, que corresponde ao encerramento das funções férteis da mulher, nesse estudo 43,75% das mulheres encontravam-se nessa fase, fato que ocorre geralmente, entre os 48 e 50 anos de idade, sendo confirmada após 12 meses consecutivos de amenorreia (Brasil, 2016).

Analisando mais detalhadamente esse período, temos que durante a menopausa ocorre progressivamente a perda da função ovariana, porém antes desse período, ou chamada de pré-menopausa, algumas alterações significativas ocorrem. Essas por sua vez, são resultados da falta de harmonia entre os impulsos neurais do hipotálamo e sistema nervoso central (SNC). Resultado dessa falta de sincronia, ocorre a redução progressiva hormonal, principalmente do estrogênio, levando ao aumento do hormônio folículo-estimulante (FSH). Esse aumento resultará na tentativa de criação de folículos, que são caracterizados como a unidade morfofuncional não renovável do ovário, ou seja, os responsáveis pela hormonal e reprodução (Naysmith *et al.*, 2026).

Com a perda gradativa desses folículos ocorre a amenorreia, o que leva ao fim do período reprodutivo. Mas, durante e posterior a esses eventos as mulheres podem ter vários desconfortos, pois o estrogênio desenvolve papéis importantes no sistema reprodutivo, vascular, urogenital, musculoesquelético, neurológico e no metabolismo de carboidratos e lipídios ovarianos (Dunneram, 2018; Trenti *et al.*, 2018).

Devido a essas e outras alterações, durante o climatério, algumas mulheres são submetidas ao procedimento de histerectomia que consiste na retirada do útero. Dentre os tipos de histerectomia temos a parcial ou subtotal, total e radical. A primeira corresponde a retirada do corpo uterino, mas mantendo o colo do útero, a segunda consiste na remoção total do útero e o

ISSN: 2675-6218 - RECIMA21

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.



## REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

UTILIZAÇÃO DE PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS POR MULHERES NO CLIMATÉRIO  
Leila Santos Neto, Thais Nayara Soares Pereira, Marcus Vinicius Gonçalves Lima, Fabrício da Gama Pereira,  
Pollyanna de Siqueira Queirós Valerio, Daniela do Carmo Oliveira Mendes, Denize Jussara Rupolo Dall' Agnol

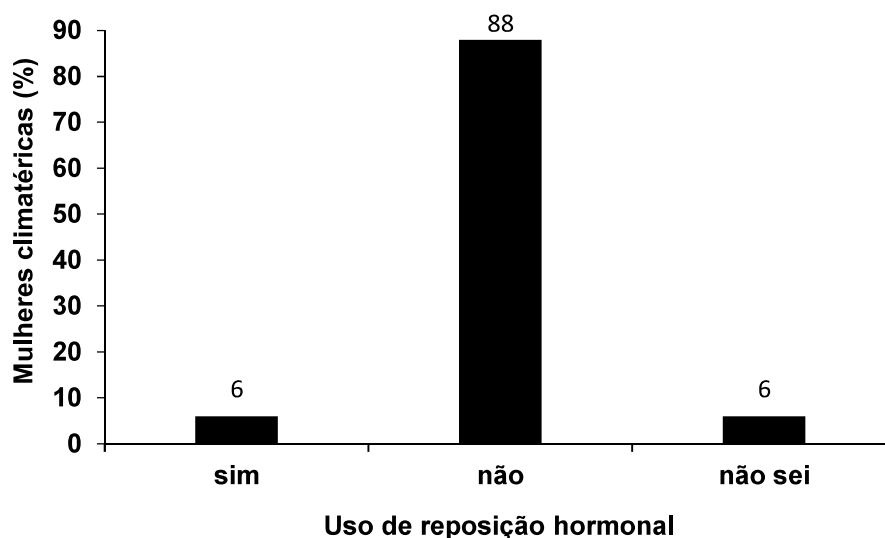
terceiro tipo envolve a remoção do corpo e colo uterino e seus anexos. Nesse trabalho, 31,25% das mulheres responderam terem realizado o procedimento de histerectomia, sendo a total a mais recorrente (53%) (Rodrigues *et al.*, 2021; Cardoso; Camargo; Fernandes, 2017; Costa; Costa, 2017; Coelho, 2015).

Dentre as principais etiologias para realização da histerectomia temos os tumores malignos. Podendo ser realizada por outras causas, por exemplo, ruptura uterina, sangramento uterino anormal, sepse pélvica, torção do útero gravídico em grau avançado e fibrose uterina em pacientes com paridade satisfatória. Nesses casos, o procedimento é uma opção viável e vantajosa, levando em conta que haverá à ausência dos sintomas gerados pela qual a doença obteve-se à indicação e realização da cirurgia (Adorno *et al.*, 2018; Aarts, 2015).

Em outros casos, esse procedimento pode trazer complicações a longo prazo, como disfunções do trato urinário e sexual, dor crônica, problemas gastrointestinais. Além disso, as mulheres submetidas a histerectomia podem sentir repentinamente sintomas menopausais visto que, os ovários não irão mais produzir os hormônios necessários, o que pode ser um viés para iniciar a terapia de reposição hormonal (TRH) (Rodrigues *et al.*, 2021; Mora *et al.*, 2018; Carvalho; Lemos, 2017; Nunes *et al.*, 2009).

Quanto ao aspecto do uso de TRH, conforme a Figura 5, a maioria, 88%, disseram que não fazem e 6% disseram não saber se fazem e o mesmo valor se aplica ao percentual das que fazem uso de terapia, de acordo com a figura abaixo.

**Figura 3.** Percentual de mulheres climatéricas que fazem uso de reposição hormonal, Tangará da Serra, Mato Grosso





## REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

UTILIZAÇÃO DE PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS POR MULHERES NO CLIMATÉRIO  
 Leila Santos Neto, Thais Nayara Soares Pereira, Marcus Vinicius Gonçalves Lima, Fabricio da Gama Pereira,  
 Pollyanna de Siqueira Queirós Valerio, Daniela do Carmo Oliveira Mendes, Denize Jussara Rupolo Dall' Agnol

Abordando a questão referente a TRH, a maioria das mulheres referiram não fazer o uso (88%) e apenas 6% das mulheres fazem. A TRH consiste na reposição hormonal por meio de compostos químicos que possuem a mesma estrutura ou semelhante, dos hormônios endógenos presentes no corpo humano, como a estrogênio e a progesterona (Dias *et al.*, 2021; Arcanjo; Menezes, 2020).

Essa terapêutica é importante na medida em que consegue controlar os níveis hormonais do organismo, o que gera alívio nos sintomas climatéricos, uma vez que, há a reposição dos hormônios reduzidos fisiologicamente. As principais indicações para o uso desse tratamento são para manutenção do trofismo vaginal, preservações do osso e pele, melhora da sexualidade e do bem-estar em geral (Dias *et al.*, 2021; Arcanjo; Menezes, 2020).

Todavia, mesmo possuindo vantagens quanto a sua utilização a TRH pode oferecer riscos à saúde. Como exemplo, em mulheres com susceptibilidade genética para câncer de mama com o uso da reposição hormonal há o aumento da densidade mamária, que é um forte indicador de risco para a câncer de mama (Dias *et al.*, 2021; Arcanjo; Menezes, 2020)

Outros perigos apontados pela literatura em relação a utilização de TRH, são complicações no sistema circulatório pois os receptores de estrogênios e progesterona presentes nos vasos sanguíneos podem afetar o homeostasia, diminuindo os inibidores de coagulação e aumentando os fatores de coagulação. Tal fato, faz com que seja gerado trombos que podem eclodir em uma trombose venosa ou causar embolia pulmonar (Morais *et al.*, 2019).

Por isso, torna-se fundamental que a utilização dessa terapêutica seja indicada por um profissional capacitado e o tratamento seja realizado de forma individual para cada mulher (Dias *et al.*, 2021; Arcanjo; Menezes, 2020). Além disso, como terapia coadjuvante a TRH, um dos meios apresentados por alguns autores é o uso da fitoterapia, que consiste que consiste na utilização de plantas com finalidade terapêuticas em suas diferentes formas farmacêuticas (Rodrigues *et al.*, 2021; Araujo; Chagas; Lima, 2018; Mendonça *et al.*, 2018).

Em relação a sintomatologia climatérica, na Tabela 4 é possível perceber a frequência de cada categoria relatada pelas mulheres, dentre os sintomas vasomotores – 64,58% das mulheres relaram não sentir nem tontura nem palpitação. 29,17% sentem tontura e palpitação de forma leve. 25% possuem sudorese de forma moderada. 6,25% possuem sudorese e fogachos de forma grave e 2,08% possuem tontura e fogachos de formava severa.



## REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

UTILIZAÇÃO DE PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS POR MULHERES NO CLIMATÉRIO  
Leila Santos Neto, Thais Nayara Soares Pereira, Marcus Vinicius Gonçalves Lima, Fabrício da Gama Pereira,  
Pollyanna de Siqueira Queirós Valerio, Daniela do Carmo Oliveira Mendes, Denize Jussara Rupolo Dall' Agnol

**Tabela 4.** Análise dos sintomas mais comuns de mulheres climatéricas em Tangará da Serra, Mato Grosso

Variável	Ausente		Leve		Moderado		Grave		Severo	
	(n)	(%)	(n)	(%)	(n)	(%)	(n)	(%)	(n)	(%)
<b>Sintomas vasomotores</b>										
Sudorese	23	47,92	10	20,83	12	25,00	3	6,25	0	0,00
Tontura	31	64,58	14	29,17	2	4,17	0	0,00	1	2,08
Palpitação	31	64,58	14	29,17	2	4,17	1	2,08	0	0,00
Fogachos	26	54,17	8	16,67	10	20,83	3	6,25	1	2,08
<b>Sintomas urogenitais</b>										
Secura vaginal	22	45,83	14	29,17	17	25,00	0	0,00	0	0,00
Dispareunia	30	62,50	10	20,83	7	14,58	0	0,00	1	2,08
Diminuição da libido	17	35,42	21	43,75	7	14,58	2	4,17	1	2,08
Urgência miccional	25	52,08	13	27,08	7	14,58	1	2,08	2	4,17
Escape miccional	29	60,42	10	20,83	6	12,50	1	2,08	2	4,14
<b>Sintomas psicológicos</b>										
Depressão	23	47,92	16	33,33	8	16,67	1	2,08	0	0,00
Irritabilidade	9	18,75	21	43,75	9	18,75	6	12,50	3	6,25
Alteração de humor	13	27,08	18	37,50	10	20,83	5	10,42	2	4,17
Ansiedade	8	16,67	22	45,83	12	25,00	4	8,33	2	4,17
Fadiga	22	45,83	15	31,25	9	18,75	1	2,08	1	2,08
Desânimo	17	35,42	21	43,75	7	14,58	2	4,17	1	2,08
Insônia	19	39,58	11	22,92	13	27,08	5	10,42	0	0,00
Diminuição da concentração e memória	11	22,92	23	47,92	7	14,58	5	10,42	2	4,17

Quanto aos sintomas urogenitais, 62,50% das mulheres não possuem dispareunia. 43,75% relataram diminuição da libido de forma leve. 25% responderam possuir secura vaginal de forma moderada e 4,17% possuem urgência e escape miccional de forma severa.

Quanto aos sintomas psicológicos, 47,92% das mulheres não apresentam depressão. 47,92% apresentam diminuição da concentração e memória de forma leve. 27,08% apresentam insônia de forma moderada. 12,5% apresentam irritabilidade de forma grave e 6,25% de forma severa. Sendo, dessa forma descrito, cada sintoma analisado. Esses achados serviram como critério de exclusão, para melhor analisarmos as repercussões do uso de plantas medicinais nos efeitos do climatério. Sendo assim, participantes do estudo que relataram não possuir sintomas.

A planta medicinal mais utilizada pelas entrevistadas, segundo a Tabela 5, foi a Amoreira-preta, sendo preparada principalmente com meio da infusão e com uso para os sintomas de fogachos, sudorese, secura vaginal, ansiedade e irritação.



## REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

UTILIZAÇÃO DE PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS POR MULHERES NO CLIMATÉRIO  
Leila Santos Neto, Thais Nayara Soares Pereira, Marcus Vinicius Gonçalves Lima, Fabrício da Gama Pereira,  
Pollyanna de Siqueira Queirós Valerio, Daniela do Carmo Oliveira Mendes, Denize Jussara Rupolo Dall' Agnol

**Tabela 5.** Variedade de plantas medicinais, forma de uso e indicação da literatura que as mulheres climatéricas relataram fazer uso

Família	Nome científico Nome popular	Frequência (n)	Parte utilizada	Modo de preparo	Uso pelas entrevistadas
Lamiaceae (Labiatae)	<i>Mentha spicata</i> . Hortelã	001	Folha	Decocção (1)	Ansiedade
Moraceae	<i>Morus alba</i> Amoreira-branca	001	Folha	Infusão (1)	Fogachos, retenção de líquido
	<i>Morus nigra</i> Amoreira-preta	009	Folha	Infusão (8) Decocção (1)	Fogachos, sudorese, secura vaginal, ansiedade, irritação
	<i>Ficus carica</i> Figo	001	Folha	Infusão (1)	Fogachos
<b>Total</b>		<b>012</b>			

Quando questionado sobre a utilização de plantas medicinais, a menor parte relataram fazer uso, 25%. Em relação a forma de preparo do chá, a maioria disse que o fazem por infusão, 75%, precedido por decocção, 16,67%, e tintura de plantas, 8,33%. Ainda, no tocante ao uso, 100% responderam que utilizam as folhas, sendo que a maior parte utiliza a menos de 12 meses, 25%.

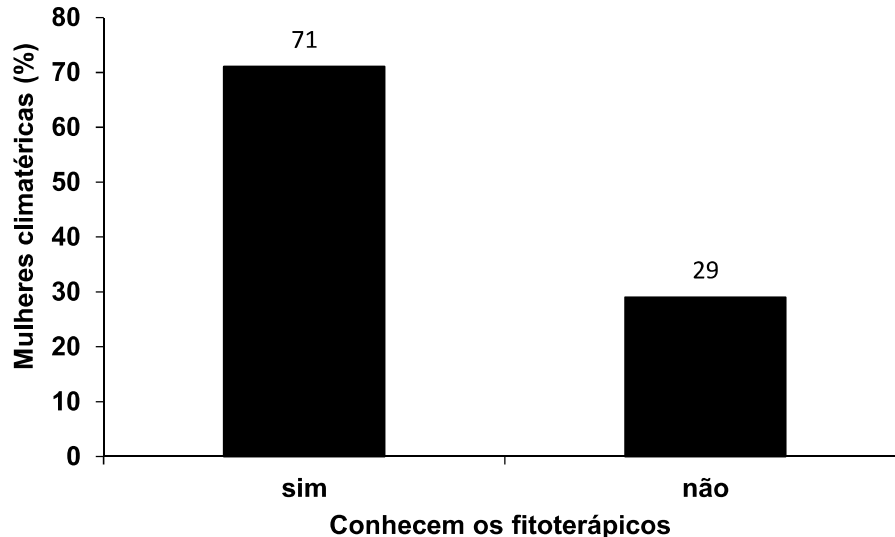
Quanto indicação da planta medicinal a qual faziam uso, 41,67% disseram que foram os amigos, 33,33% os familiares, 16,67% descobriram por meio de pesquisas e 8,33% por indicação de profissional de saúde. Sendo relatado por elas que 66,67% adquiriam as plantas por meio de plantações caseiras, 13,33% por meio da compra em lojas ou supermercados, 13,33% compravam em farmácias e 6,67% adquiriam por meio de vizinhos.

Em relação aos fitoterápicos, segundo a Figura 4, a maioria, 71%, relataram que sabem o que são. Conforme levantado, 54% das mulheres relataram que acreditam que as plantas medicinais são eficientes na prevenção e/ou tratamento de algum sintoma do climatério, 13% responderam que não acreditam e 33% não responderam. Das 12 mulheres que disseram fazer uso, 100% responderam que acreditam que essa terapêutica é eficiente.



## REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

UTILIZAÇÃO DE PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS POR MULHERES NO CLIMATÉRIO  
 Leila Santos Neto, Thais Nayara Soares Pereira, Marcus Vinicius Gonçalves Lima, Fabrício da Gama Pereira,  
 Pollyanna de Siqueira Queirós Valerio, Daniela do Carmo Oliveira Mendes, Denize Jussara Rupolo Dall' Agnol



**Figura 4.** Percentual de mulheres climatéricas que relatam saber o que são fitoterápicos em Tangará da Serra, Mato Grosso.

Nesse trabalho, cujo objetivo foi avaliar o uso de plantas medicinais e fitoterápicos para aliviar a sintomatologia climatérica, 25% das entrevistadas utilizam algum tipo de planta medicinal. No trabalho feito por Schiavo e seus colaboradores (2017) com um quantitativo de 84 mulheres entre 34 e 65 anos de idade da área adscrita as ESF do município de Ijuí/RS, o uso de plantas medicinais foi relatado por 94% das entrevistadas.

Ainda analisando esse estudo (Schiavo *et al.*, 2017), a maioria (81%) respondeu que o conhecimento acerca do uso das plantas medicinais foi repassado por familiares, sendo que 54,4% adquiriam as plantas por cultivo na própria residência. O modo de preparo dos chás foi citado principalmente por meio da infusão (80%), seguido pela decocção (14,86%) e maceração (5,14%). A parte mais utilizada foram as folhas (72%). Esses dados são semelhantes aos obtidos nesse trabalho em que a maioria das entrevistadas faz uso por infusão (75%), precedido por decocção (16,67%) e tintura de plantas (8,33%). Quanto a parte vegetal, 100% responderam que utilizam as folhas. Quanto a indicação de uso a maioria da população desse estudo disse ter sido realizada pelos amigos (41,67%) seguido dos familiares (33,33%). Quando a aquisição o que prevaleceu também foram as plantações caseiras (66,67%).

Um fato que pode ser observado tanto no presente estudo quando no de Schiavo e seus colaboradores (2017), foi que as mulheres receberam indicação de uso das plantas medicinais de terceiros. Como resultado deste estudo, ainda obtivemos um quantitativo 8,33% das mulheres que relataram ter recebido a indicação de uso de algum profissional de saúde, porém esse número ainda é pequeno, visto as consequências que a automedicação pode trazer para saúde (Cruz *et al.*, 2014).



## REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

UTILIZAÇÃO DE PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS POR MULHERES NO CLIMATÉRIO  
Leila Santos Neto, Thais Nayara Soares Pereira, Marcus Vinicius Gonçalves Lima, Fabrício da Gama Pereira,  
Pollyanna de Siqueira Queirós Valerio, Daniela do Carmo Oliveira Mendes, Denize Jussara Rupolo Dall' Agnol

Conforme dado obtido neste trabalho 54% das mulheres relataram que acreditam que as plantas medicinais são eficientes na prevenção e/ou tratamento de algum sintoma do climatério 33% não responderam e 13% responderam que não acreditam. Sendo que 100% das que utilizam a alguma planta medicinal responderam que acreditam que essa terapêutica é eficiente. Já no estudo desenvolvido por Mattos e seus parceiros (2018), com 157 profissionais atuantes a mais de 10 anos em ESFs de Blumenau – SC, 96,2% dos entrevistados responderam que acreditam nos efeitos do uso de plantas medicinais e fitoterápicos. Além de 49,7% responderem que seus familiares fazem essa prática regularmente. Dentre esse grupo de profissionais – médicos, enfermeiros, odontólogos, técnicos em enfermagem e técnicos em odontologia – 93% relataram que o uso de tais substâncias eram feitas por meio do conhecimento familiar. Quanto ao uso, 35% responderam que utilizam regularmente. Ainda, desse grupo 84,7% disseram já ter prescrito e/ou sugerido o uso em algum momento aos pacientes.

Segundo a Tabela 6, o fitoterápico que as mulheres mais relataram fazer uso foi a Maca peruana (n=2), sendo seu principal uso para aumento da libido e para prevenção de infecções. Quanto ao uso de fitoterápicos, a maioria, 85%, responderam que não fazem uso. Quando questionado se as mulheres acreditavam que os medicamentos fitoterápicos eram eficientes na redução e/ou tratamento de sintomas do climatério, a maior parte, 46%, responderam que acreditam, 38% das mulheres não responderam essa pergunta, 17% responderam que não.

**Tabela 6.** Variedade de fitoterápicos, forma de uso e indicação da literatura que as mulheres climatéricas relataram fazer uso em Tangará da Serra, Mato Grosso

Família	Nome científico Nome popular	(n)	Uso pelas entrevistadas
Malvaceae	<i>Hibiscus sabdarifa</i> . Hibisco	01	Ansiedade, insônia, irritabilidade, retenção de líquido
Moracea	<i>Morus alba</i> Amoreira-branca	01	Ansiedade, insônia, irritabilidade, retenção de líquido
	<i>Morus nigra</i> Amoreira-preta	01	Cansaço fogachos, secreta vaginal
Poaceae	<i>Cymbopogon citratus</i> Capim-limão Capim- cidreira	01	Ansiedade, insônia, irritabilidade, retenção de líquido
Brassicáceas	<i>Lepidium meyenii</i> Walp Maca peruana	02	Aumento da libido, prevenir infecções
Ginkgoacea	<i>Ginkgo biloba</i> Ginkgo biloba	01	Perca de memória, disposição, diminuição do cálcio
	Nome científico Nome popular	(n)	Uso pelas entrevistadas
Arilaceae	<i>Panax ginseng</i> . Ginseng	01	Perca de memória, disposição, diminuição do cálcio

ISSN: 2675-6218 - RECIMA21

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.



## REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

UTILIZAÇÃO DE PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS POR MULHERES NO CLIMATÉRIO  
Leila Santos Neto, Thais Nayara Soares Pereira, Marcus Vinicius Gonçalves Lima, Fabrício da Gama Pereira,  
Pollyanna de Siqueira Queirós Valerio, Daniela do Carmo Oliveira Mendes, Denize Jussara Rupolo Dall' Agnol

	<i>Dolomita</i>	01	Perca de memória, disposição, diminuição do cálcio
Onagraceae	<i>Óleo de primula</i>	01	Fogachos, secura vaginal
	<b>Total</b>	<b>10</b>	

Corroborando com esse achado, em outro trabalho descritivo transversal feito para avaliar os impactos do climatério em mulheres do sudoeste baiano, cuja metodologia também consistia no envio de um questionário semiestruturado confeccionado por meio do *Google Forms* e enviado pelos meios digitais, o resultado referente a escolaridade foi semelhante ao encontrado nesse trabalho, em que, a maioria das mulheres (40,5%) possuíam ensino superior completo.

Em outro trabalho com abordagem qualitativa realizado com 24 profissionais da saúde e 10 usuários de uma ESF de Currais Novos – RN, mostrou que apenas 5 profissionais relataram conhecimento sobre a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), sendo que os demais relataram nem saber da existência dessa política. Dos usuários do SUS, 70% responderam que nunca receberam recomendações para o uso de plantas medicinais de profissionais da saúde (Santos *et al.*, 2021).

Por isso, dada a existência de diferentes espécies com contraindicações e toxicidade de uso, o uso de plantas para fins terapêuticos sem a devida orientação é preocupante, pois existe a falsa ideia de que por se tratar de um produto natural não traz riscos à saúde. Por isso, conforme mencionado, existe a necessidade de melhores esclarecimentos à população sobre efeitos colaterais do uso dessa terapêutica e os profissionais de saúde devem levar isso em consideração para evitar riscos (Santos *et al.*, 2021).

Com relação ao conhecimento limitado acerca das PIC, alguns autores relatam que isto se dá pela preferência dos profissionais de saúde pelo modelo biomédico ou pela descrença acerca desse tema. Esse dado merece atenção pois, pode ser um viés para a implementação efetiva dessas práticas na Atenção Básica (Mattos *et al.*, 2018).

Neste trabalho, a planta medicinal levantada mais vezes pelas participantes foi a *Morus nigra* (Amoreira-preta) (Tabela 4), sendo o preparo na forma de infusão o mais comum, sendo utilizado pelas participantes para tratar os fogachos, sudorese, secura vaginal, ansiedade e irritação. Em um estudo publicado por Miranda *et al.*, (2010) a maioria das mulheres participantes da então pesquisa utilizaram *M. nigra* para amenizar sintomas do climatério, principalmente as ondas de calor, e também com o preparo na forma de infusão.

Em uma revisão de literatura realizada por Rodrigues *et al.*, (2021), os autores concluíram que a utilização da *M. nigra* traz resultados na redução dos sintomas do climatério. Tal fato, foi comprovado em um estudo randomizado realizado com 62 climatéricas ao qual foi testado a eficácia do pó da folha de *M. nigra* com terapia hormonal e o placebo. Com esse estudo, conclui-



## REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

UTILIZAÇÃO DE PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS POR MULHERES NO CLIMATÉRIO  
Leila Santos Neto, Thais Nayara Soares Pereira, Marcus Vinicius Gonçalves Lima, Fabrício da Gama Pereira,  
Pollyanna de Siqueira Queirós Valerio, Daniela do Carmo Oliveira Mendes, Denize Jussara Rupolo Dall' Agnol

se que com o uso de 250 mg de pó de folhas da *M. nigra* por 60 dias obteve-se resultados semelhantes aos efeitos da TRH (Costa *et al.*, 2020).

Em nosso estudo as participantes relataram que a principal finalidade do uso da *M. nigra* seria para amenizar sintomas como: fogachos, sudorese, secreta vaginal, ansiedade e irritação. Em um trabalho clínico não randomizado, feito por meio da investigação de 20 mulheres, por 60 dias, com a faixa etária de 40 a 65 anos que utilizaram diariamente sachês de folhas secas e maceradas da *MN*, sendo o preparo por meio de infusão de 7g de folhas em 600 ml de água fervida a 90°C, fazendo o uso de 200 ml por três vezes ao dia, mostrou que houve melhora significativa da intensidade dos sintomas mensurados ao decorrer dos dias de uso da *MR*. Dentre os sintomas que puderam perceber melhorias estão as ondas de calor, parestesia, insônia, nervosismo, melancolia, vertigem, fraqueza, palpitações, cefaleia. Além da melhora gradativa de sintomas somáticos, memória, problemas do sono, sintomas vasomotores, sudorese noturna, assim como melhora do interesse sexual e da secreta vaginal, o que corrobora com as respostas obtidas nesse estudo (Miranda *et al.*, 2020).

A explicação para os efeitos farmacológicos da *MR*, pode estar relacionado ao fato de possuem compostos fitoquímicos que incluem isoflavonas, cuja estrutura se assemelha ao estrogênio, por possuir um anel fenólico que serve como ligação para os receptores estrogênicos (Miranda *et al.*, 2020; Miranda *et al.*, 2010; Ercisli; Orhan, 2007).

Partindo para análise dos medicamentos fitoterápicos, estes são obtidos por meio da utilização de matérias-primas vegetais que possuem seus efeitos farmacológicos conhecidos, tanto a eficácia quanto aos riscos. O que difere do uso de plantas medicinais, cujo uso é na forma *in natura*, na maioria das vezes por automedicação, sem ter prescrição médica ou orientação e acompanhamento, por se tratar se uma terapêutica de fácil acesso a grande parte da população (Nicácio *et al.*, 2020).

Mediante esse conceito, através da análise da tabela 5, pode-se perceber que quando comparado com os fitoterápicos aprovados pela ANVISA e disponíveis na farmacopeia brasileira (2021), dos fitoterápicos que as mulheres faziam apenas o *Cymbopogon citratus* (Capim-limão /Capim-cidreira) e o *Panax ginseng* (Ginseng) (Brasil, 2021).

Ainda segundo a Farmacopeia Brasileira mais recente (2021) a indicação de uso do *Cymbopogon citratus* são: alívio de sintomas leves da desmorreria e cólicas intestinas, além do auxílio no alívio da ansiedade e insônia leves, o que se assemelha a alguns dos sintomas relatados pelas mulheres desse estudo (ansiedade, insônia, irritabilidade e retenção de líquido). O ginseng é indicado para alívio de sintomas decorrentes da astenia, como fadiga e fraqueza o que corrobora em partes com as respostas dadas pelas mulheres sobre o porquê fazem seu uso (Perca de memória, disposição, diminuição do cálcio). Os outros fitoterápicos citados não foram encontrados na farmacopeia: *Hibiscus sabdarifa* (Hibisco); *Morus alba* (Amoreira-branca); *Morus*



## REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

UTILIZAÇÃO DE PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS POR MULHERES NO CLIMATÉRIO  
Leila Santos Neto, Thais Nayara Soares Pereira, Marcus Vinicius Gonçalves Lima, Fabrício da Gama Pereira,  
Pollyanna de Siqueira Queirós Valerio, Daniela do Carmo Oliveira Mendes, Denize Jussara Rupolo Dall' Agnol

*nigra* (Amoreira-preta), *Lepidium meyenii* Walp (Maca peruana), *Ginkgo biloba* (Ginkgo biloba), Dolomita e Óleo de primula) (Brasil, 2021).

O *Hibiscus sabdarifa* (Hibisco), é utilizado culturalmente como diurético (Rodrigues; Müller, 2018). A *Lepidium meyenii* ou mais conhecida como maca peruana, trata-se de um tubérculo da mesma família do agrião e repolho, além de ser considerado um alimento rico em fibras e gorduras essenciais. Esse tubérculo é considerado com estimulante sexual por conter propriedades capazes de aumentar a libido e fertilidade. Sendo utilizado também no período do climatério com objetivo de amenizar alguns sintomas (Abreu-Rodrigues, 2021).

O *Ginkgo biloba* (*Ginkgo biloba*), possui ação farmacológica antioxidante e vasodilatadora, mas seu uso deve ser com cautela pois possui potencial interação com vários medicamentos como heparina, varfarina, clopidogrel, omeprazol, atenolol, ácido acetilsalicílico e anti-inflamatórios não esteroidais. Além aumentar o risco de hemorragias (Silva; Leitão, 2021; Nicácio *et al.*, 2020; Dias *et al.*, 2017; Gelatti; Oliveira; Colet, 2016). Em relação ao uso da dolomita e o uso de óleo de primula, que foi citado pelas participantes, durante as buscas do referencial teórico não foi encontrado artigos científicos que associassem seus usos com a diminuição de sintomas climatérios. Por isso surge a necessidade de mais pesquisas voltadas para essa área.

Nesse contexto, vale ressaltar, que o uso indiscriminado tanto de plantas medicinais quanto de fitoterápicos deve ser visto com mais atenção, pois mesmo parecendo inofensivos o uso de forma incorreta pode ser perigoso para saúde, uma vez que, muitos desses produtos não possuem comprovação científica da sua farmacocinética e farmacodinâmica. Além disso, o risco se faz ainda mais elevado com o uso concomitante com medicamentos. Nesse estudo, o uso tanto de plantas medicinais e fitoterápicos foram por poucas mulheres, mas mesmo nesse pouco grupo o uso desses, em sua maioria, não foi indicado por profissionais da saúde.

#### 4. CONSIDERAÇÕES

No climatério ocorrem diversas alterações fisiológicas no sistema hormonal e reprodutivo das mulheres, fator que pode acarretar o aparecimento de diversos sinais e sintomas. Para amenizar tais sintomas, algumas climatéricas fazem a utilização de terapia de reposição hormonal (TRH). Todavia, nesse trabalho poucas mulheres fazem a utilização desse recurso. Uma alternativa que serve como coadjuvante a TRH, é o uso de substâncias de origem vegetal, como as plantas medicinais e os fitoterápicos.

De modo geral em nosso estudo observamos que poucas mulheres fazem utilização de plantas medicinais como recursos terapêuticos e, aquelas que o utilizam, têm a amoreira-preta como principal recurso empregado. Dentre os benefícios encontrados na literatura percebidos em relação ao chá das folhas de amora destaca-se, principalmente a redução dos fogachos. Percebe-



## REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

UTILIZAÇÃO DE PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS POR MULHERES NO CLIMATÉRIO  
Leila Santos Neto, Thais Nayara Soares Pereira, Marcus Vinicius Gonçalves Lima, Fabrício da Gama Pereira,  
Pollyanna de Siqueira Queirós Valerio, Daniela do Carmo Oliveira Mendes, Denize Jussara Rupolo Dall' Agnol

se, ainda que, em relação a utilização de fitoterápicos no controle de sinais e sintomas da síndrome climatérica ainda é recente e que ainda há muito a ser estudado acerca desse assunto.

Desse modo, pode-se afirmar que ambas as práticas, utilização de plantas medicinais e/ou fitoterápicos, são empregadas com a finalidade de reduzir efeitos colaterais da menopausa, sendo alguns deles, ondas de calor (fogachos), fadiga, insônia e ansiedade. Por isso, por mais que a fitoterapia apresente algumas vantagens como a fácil acessibilidade e o baixo custo terapêutico. Tal prática, requer vários cuidados posto que a maioria das ervas são consumidas por automedicação e sem receita médica, e muitas vezes os efeitos tóxicos e interações medicamentosas desses compostos são desconhecidos, podendo levar a efeitos adversos. Portanto, torna-se fundamental educar os profissionais de saúde quanto a essa prática, para que seja realizada com eficácia e segurança.

Como limitação, temos o baixo quantitativo de mulheres participantes deste estudo. No entanto, acreditamos que o trabalho possibilitou reflexões em torno da temática, mostrando que as plantas medicinais e fitoterápicos podem servir como terapia coadjuvante no controle de sintomas do climatério. Por fim, propomos que estudos mais aprofundados sejam desenvolvidos futuramente, sobre a utilização de plantas medicinais e fitoterápicos por mulheres no climatério visando melhorar a qualidade de vida neste período da vida.

### REFERÊNCIAS

- AARTS, J. W. M. *et al.* Abordagem cirúrgica para histerectomia por doenças ginecológicas benignas. **Cochrane Database of Systematic Reviews**, v. 8, n. 1, 2015. Disponível em: [https://www.cochrane.org/pt/CD003677/MENSTR\\_abordagem-cirurgica-para-histerectomia-por-doencas-ginecologicas-benignas](https://www.cochrane.org/pt/CD003677/MENSTR_abordagem-cirurgica-para-histerectomia-por-doencas-ginecologicas-benignas). DOI: 10.1002/14651858.CD003677.pub5.
- ABREU-RODRIGUES, F. Análise do estimulante sexual da Life Natural: Life Natural's sexual stimulant review. **CPAH Scientific Journal of Health**, v. 1, n. 3, p. 155-165, 2021. Disponível em: <https://cpahjournal.com.br/index.php/cpahofhealth/article/view/25/46>.
- ADORNO, S. dos S. *et al.* Vantagens da histerectomia vaginal comparado à histerectomia abdominal em mulheres sem prolapso genital. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 17, e. 97, p. 1-7, 2018. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/download/97/36>. DOI: <https://doi.org/10.25248/reas.e97.2019>.
- ALVES, E. R. P. *et al.* O padrão de desempenho sexual e a intensidade da síndrome do climatério em um grupo de mulheres que realizam atividade física. **Texto & Contexto - Enfermagem [online]**, v. 24, n. 1, p. 64-71, 2015. DOI: <https://doi.org/10.1590/0104-07072015000590014>.
- ARAUJO, A. R. de; CHAGAS, R. K. F. das; LIMA, I. C. S. Terapias alternativas para o tratamento dos sintomas da menopausa. **Anais do 13 Simpósio de TCC e 6 Seminário de IC da Faculdade ICESP**, v. 13, s/n, p. 1831-1844, 2018. 2019. Disponível em: [http://nippromove.hospedagemdesites.ws/anais\\_simposio/arquivos\\_up/documentos/artigos/a5c82bb02c0decf7995c7270da7197c4.pdf](http://nippromove.hospedagemdesites.ws/anais_simposio/arquivos_up/documentos/artigos/a5c82bb02c0decf7995c7270da7197c4.pdf).



## REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

UTILIZAÇÃO DE PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS POR MULHERES NO CLIMATÉRIO  
Leila Santos Neto, Thais Nayara Soares Pereira, Marcus Vinicius Gonçalves Lima, Fabrício da Gama Pereira,  
Pollyanna de Siqueira Queirós Valerio, Daniela do Carmo Oliveira Mendes, Denize Jussara Rupolo Dall' Agnol

ARCANJO, D. M.; MENEZES, M. R. S. Reposição hormonal com hormônios bioidênticos e seus efeitos pós-menopausa. **Revista JRG de Estudos Acadêmicos**, v. 3, n. 7, p. 657-666, 2020. DOI: <http://doi.org/10.5281/zenodo.4284006>.

AVELINO, E. B. *et al.* Fatores de risco para doença cardiovascular em adultos jovens sedentários. **Brazilian Journal of Development**, v. 6, n. 8, p. 58843-58854, 2020. DOI: 10.34117/bjdv6n8-337.

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. 2. ed. **Formulário de Fitoterápicos**: Farmacopeia Brasileira. 2021. Disponível em: <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/assuntos/farmacopeia/formulario-fitoterapico/arquivos/2021-fffb2-final-c-cap2.pdf>. Acesso em: 10 dez. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Resolução da Diretoria Colegiada-RDC nº 26, de 13 de maio de 2014**. Dispõe sobre o registro de medicamentos fitoterápicos e o registro e a notificação de produtos tradicionais fitoterápicos, junto à Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Diário Oficial da União, 2014. Disponível em: [http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2014/rdc0026\\_13\\_05\\_2014.pdf](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2014/rdc0026_13_05_2014.pdf). Acesso em: 10 nov. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Instituto Sírio-Libanês de Ensino e Pesquisa. **Protocolos da Atenção Básica: Saúde das Mulheres**. Brasília: Ministério da Saúde, 2016. Disponível em: [http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/protocolo\\_saude\\_mulher.pdf](http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/protocolo_saude_mulher.pdf). Acesso em: 04 nov. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS - PNPIC**: atitude de ampliação de acesso. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2015. Disponível em: [http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica\\_nacional\\_praticas\\_integrativas\\_complementares\\_2ed.pdf](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_praticas_integrativas_complementares_2ed.pdf). Acesso em: 22 fev. 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia e Insumos Estratégicos. Departamento de Assistência Farmacêutica. **Política nacional de plantas medicinais e fitoterápicos**. Brasília: Ministério da saúde, 2006. Disponível em: [http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica\\_nacional\\_fitoterapicos.pdf](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_fitoterapicos.pdf). Acesso em: 04 nov. 2025.

CALISTA, M. S. G. *et al.* Perfil de mulheres frequentadoras de academia de ginástica diante dos sintomas da menopausa. **Revela**, n. 22, p. 207-219, 2018. Disponível em: [http://fals.com.br/novofals/revela/ed22/ED22\\_13.pdf](http://fals.com.br/novofals/revela/ed22/ED22_13.pdf). Acesso em: 9 dez. 2025.

CARDOSO, B. C.; CAMARGO, C. R.; FERNANDES, I. Perfil de Mulheres Submetidas a Histerectomia e Influência deambulatória na Alta Hospitalar. **Revista Pleiade**, v. 11, n. 21, p. 17-24, 2017. Disponível em: <https://pleiade.uniameica.br/index.php/pleiade/article/view/330/413>. Acesso em: 22 jan. 2026.

CARVALHO, H. C. M.; LEMOS, M. F. As consequências da histerectomia na sexualidade feminina. **Perspectivas Em Psicologia**, v. 21, n. 1, p. 209-224, 2017. Disponível em: <http://www.seer.ufu.br/index.php/perspectivasempsicologia/article/view/38934/20605>. Acesso em: 22 jan. 2026.

CASTRO, E. N. *et al.* Análise das interações medicamentosas entre fitoterápicos e alopáticos de uso comum no Brasil. **Revista DELOS**, v. 19, n. 76, p. 01-20, 2026. DOI:10.55905/rdelosv19.n76-069.

ISSN: 2675-6218 - RECIMA21

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.



## REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

UTILIZAÇÃO DE PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS POR MULHERES NO CLIMATÉRIO  
Leila Santos Neto, Thais Nayara Soares Pereira, Marcus Vinicius Gonçalves Lima, Fabrício da Gama Pereira,  
Pollyanna de Siqueira Queirós Valerio, Daniela do Carmo Oliveira Mendes, Denize Jussara Rupolo Dall' Agnol

COELHO, S. M. *et al.* Epidemiological profile and postoperative complications of women undergoing gynecological surgery in a reference center in the northern Brazilian legal Amazon. **Revista do Colégio Brasileiro de Cirurgiões [online]**, v. 42, n. 6, 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0100-69912015006004>. Acesso em: 14 jan. 2026.

COSTA, J. P. L. *et al.* Randomized double-blind placebo-controlled trial of the effect of *Morus nigra* L. (*Black mulberry*) leaf powder on symptoms and quality of life among climacteric women. **International Journal of Gynecology & Obstetrics**, v. 148, n. 2, p. 243-252, 2020. DOI: 10.1002/ijgo.13057.

COSTA, J. R.; COSTA A. Tipos e vias de abordagem cirúrgica em histerectomia e sua relação com lesão do sistema urinário. **Acta Obstétrica e Ginecológica Portuguesa**, v. 11, n. 1, p. 46-56, 2017.

CRUZ, M. J. B. *et al.* Medication use among children 0-14 years old: population baseline study. **Jornal de pediatria**, v. 90, n. 6, p. 608-615, 2014. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jped.2014.03.004>.

DIAS, E. C. M. *et al.* 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: 10.22278/2318-2660.2017.v41.n2.a2306.

DIAS, P. A. **Associação do nível de atividade física com os sintomas climatéricos, ansiedade e depressão em mulheres no climatério**. 2018. Monografia (Graduação em Educação Física) – Universidade Federal de Uberlândia, 2018. Disponível em: <https://repositorio.ufu.br/bitstream/123456789/21984/3/ASSOCIA%20N%20ATIVIDADE.pdf>. Acesso em: 14 jan. 2025.

DIAS, P. A. R. *et al.* Terapia hormonal no climatério como fator de risco para o desenvolvimento de câncer de mama e seus impactos na qualidade de vida. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 13, n. 4, p. 1-7, 2021. DOI: <https://doi.org/10.25248/REAS.e7015.2021>.

DUNNERAM, Y.; GREENWOOD, D. C.; CADE, J. E. Dietary intake and age at natural menopause: results from the UK Women's Cohort Study. **Journal of Epidemiology & Community Health**, v. 72, n. 8, p. 733-740, 2018. <https://doi.org/10.1136/jech-2017-209887>

ERCISLI, S.; ORHAN, E. Chemical composition of white (*Morus alba*), red (*Morus rubra*) and black (*Morus nigra*) mulberry fruits. **Food chemistry**, v. 103, n. 4, p. 1380-1384, 2007. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0308814606008387>. Accessed 15 July 2021. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.foodchem.2006.10.054>

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, 2017. Disponível em: <http://jornalold.faculdadecienciasdavid.com.br/index.php/RBCV/article/view/528/190>. Acesso em: 9 jan. 2026.

FIALHO, J. R.; BASÍLIO, L. C.; GUSMAN, G. S. Perfil socioeconômico e etnobotânico em posto do Programa da Saúde da Família (PSF) em Viçosa-Minas Gerais. **Anais Simpac**, v. 10, n. 1, 2019. Disponível em: [https://www.researchgate.net/publication/277649644\\_Uso\\_popular\\_de\\_plantas\\_medicinais\\_e\\_perfil\\_socioeconomico\\_dos\\_usuarios\\_um\\_estudo\\_em\\_area\\_urbana\\_em\\_Ouro\\_Preto\\_MG\\_Brasil](https://www.researchgate.net/publication/277649644_Uso_popular_de_plantas_medicinais_e_perfil_socioeconomico_dos_usuarios_um_estudo_em_area_urbana_em_Ouro_Preto_MG_Brasil). Acesso em: 15 out. 2025.



## REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

UTILIZAÇÃO DE PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS POR MULHERES NO CLIMATÉRIO  
Leila Santos Neto, Thais Nayara Soares Pereira, Marcus Vinicius Gonçalves Lima, Fabrício da Gama Pereira,  
Pollyanna de Siqueira Queirós Valerio, Daniela do Carmo Oliveira Mendes, Denize Jussara Rupolo Dall' Agnol

FONSECA, R. C.; GIOTTO, A. C. Utilização e conhecimentos de discentes sobre plantas medicinais e fitoterápicos. **Revista de Iniciação Científica e Extensão**, v. 4, n. 1, p. 613-623, 2021. Disponível em: <https://revistasfacesa.senaaires.com.br/index.php/iniciacao-cientifica/article/view/322/259><https://revistasfacesa.senaaires.com.br/index.php/iniciacao-cientifica/article/view/322/259>. Acesso em: 27 de jan. 2026.

FRANKEN, R. **O uso de plantas medicinais e de medicamentos fitoterápicos na atenção básica à saúde**. 2015. Monografia (Especialização em Gestão de Organização Pública em Saúde) – Universidade Federal de Santa Maria, Palmeira das Missões – RS, 2015. Disponível em: [https://repositorio.ufsm.br/bitstream/handle/1/15693/TCCE\\_GOPS\\_EaD\\_2015\\_FRANKEN\\_ROSM\\_ERI.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ufsm.br/bitstream/handle/1/15693/TCCE_GOPS_EaD_2015_FRANKEN_ROSM_ERI.pdf?sequence=1&isAllowed=y). Acesso em: 15 out. 2025.

FRETTA, T. de B. *et al.* Melhora dos sintomas do climatério por meio da atividade física: uma revisão sistemática. **Saúde em Revista**, v. 17, n. 46, 2017. Disponível em: <https://www.metodista.br/revistas/revistas-unimep/index.php/sr/article/view/3385/2024>. Acesso em: 9 jan. 2026.

GADELHA, C. S. *et al.* Estudo bibliográfico sobre o uso das plantas medicinais e fitoterápicos no Brasil. **Revista Verde de Agroecologia e Desenvolvimento Sustentável**, Mossoró, RN, v. 8, n. 5, p. 208–212, ed. esp., dez. 2013. Disponível em: <https://www.qvaa.com.br/revista/index.php/RVADS/article/view/3577> Acesso em: 27 mar. 2026.

GELATTI, G. T.; OLIVEIRA, K. R. DE; COLET, C. DE F. Potenciais interações relacionadas ao uso de medicamentos, plantas medicinais e fitoterápicos em mulheres no período do climatério. **Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online**, v. 8, n. 2, p. 4328-4346, 2016. DOI: 10.9789/2175-5361.2016.v8i2.4328-4346. Disponível em: [https://seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/4401/pdf\\_1879](https://seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/4401/pdf_1879) Acesso em: 31 mar. 2026.

GONÇALVES, A. K. da S. *et al.* Impacto da atividade física na qualidade de vida de mulheres de meia idade: estudo de base populacional. **Revista brasileira de ginecologia e obstetrícia**, v. 33, n. 12, p. 408-413, 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbgo/a/zHwXqYgNW3rT6BkFck9cXdw/?lang=pt&format=pdf>. Acesso em: 22 jul. 2021.

LIMA, A. M. *et al.* Perda de qualidade do sono e fatores associados em mulheres climatéricas. **Ciência & Saúde Coletiva [online]**, v. 24, n. 7, p. 2667- 2678, 2019. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-81232018247.19522017>.

MATTA, I. I. B. da. **As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) e a sua inserção no Sistema Único de Saúde**: o caso do município de Sant'Ana do Livramento. 2021. Dissertação (Doutorado em administração) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2021. Disponível em: <https://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/221688><https://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/221688>. Acesso em: 27 jan. 2026.

MATTOS, G. *et al.* Plantas medicinais e fitoterápicos na Atenção Primária em Saúde: percepção dos profissionais. **Ciência & Saúde Coletiva [online]**, v. 23, n. 11, p. 3735-3744, 2018. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-812320182311.23572016>.

MENDONÇA, V. M. *et al.* Fitoterapia tradicional e práticas integrativas e complementares no sistema de saúde do Brasil. 2018. **Temas em Saúde**, v. 18, n. 1, p. 66-97, 2018. Disponível em: <https://www.sigaa.ufs.br/sigaa/verProducao?idProducao=1445395&key=f7afa520f9a4ae0a92ca9e1800517e49>. Acesso em: 15 dez. 2025.

ISSN: 2675-6218 - RECIMA21

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.



## REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

UTILIZAÇÃO DE PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS POR MULHERES NO CLIMATÉRIO  
Leila Santos Neto, Thais Nayara Soares Pereira, Marcus Vinicius Gonçalves Lima, Fabrício da Gama Pereira,  
Pollyanna de Siqueira Queirós Valerio, Daniela do Carmo Oliveira Mendes, Denize Jussara Rupolo Dall' Agnol

MESSIAS, M. C. T. B. *et al.* Uso popular de plantas medicinais e perfil socioeconômico dos usuários: um estudo em área urbana em Ouro Preto, MG, Brasil. **Revista Brasileira de Plantas Mediciniais**, v. 17, n. 1, p. 76-104, 2015. DOI: [https://doi.org/10.1590/1983-084X/12\\_139](https://doi.org/10.1590/1983-084X/12_139).

MIRANDA, M. A. *et al.* Uso etnomedicinal do chá de *Morus nigra* L. no tratamento dos sintomas do climatério de mulheres de Muriaé, Minas Gerais, Brasil. **HU Revista**, v. 36, n. 1, p. 61-68, 2010. Disponível em: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/hurevista/article/view/817/332>. Acesso em: 10 jan. 2026.

MIRANDA, S. da S. *et al.* O chá da folha de *Morus nigra* como agente promotor de qualidade de vida em mulheres na transição menopáusicas. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 12, n. 9, p. 1-10, 2020. DOI: <https://doi.org/10.25248/reas.e4288.2020>.

MORA, E. *et al.* Histerectomia radical por câncer de cuello uterino. **Revista Repertorio de Medicina y Cirugía**, v. 27, n. 1, p. 2-6, 2018. DOI: <https://doi.org/10.31260/RepertMedCir.v27.n1.2018.124>.

MORAIS, L. L. *et al.* Tromboembolismo venoso relacionado ao uso frequente de anticoncepcionais orais combinados. **Revista Eletrônica de Ciências Humanas, Saúde e Tecnologia**, v. 8, n. 1, p. 85-109, 2019. Disponível em: <https://revista.fasem.edu.br/index.php/fasem/article/view/195>. Acesso em: 10 jan. 2026.

MOTA, L. J.; MATOS, G. V.; AMORIM, A. T. Impactos do climatério em mulheres do sudoeste baiano. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 7, p. e22710716563-e22710716563, 2021. DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i7.16563>.

NAYSMITH, L. F. *et al.* Cognition and the menopause transition: cross-sectional evidence from a large community cohort. **npj Women's Health**, v. 4, art. 14, 2026. <https://doi.org/10.1038/s44294-026-00132-z>.

NICÁCIO, R. A. R. *et al.* Potenciais interações entre medicamentos alopáticos e fitoterápicos/plantas medicinais no Município de Rondonópolis–MT. **Revista de Ciências Médicas e Biológicas**, v. 19, n. 3, p. 417-422, 2020. DOI: <http://dx.doi.org/10.9771/cmbio.v19i3.33253>.

NUNES, M. da P. da R. S. *et al.* Representações de mulheres acerca da histerectomia em seu processo de viver. **Escola Anna Nery [online]**, v. 13, n. 3, p. 574-581, 2009. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1414-81452009000300017>.

OLDRA, C. de M. *et al.* **Associação dos sintomas de depressão com o consumo alimentar em mulheres climatéricas**. 2019. Monografia (Graduação em Educação Física) – Universidade Federal de Uberlândia, 2019. Disponível em: <https://repositorio.ufu.br/handle/123456789/21984>. Acesso em: 10 jan. 2026.

OLIVEIRA, G. *et al.* Mulheres com risco cardiovascular: revisão das pesquisas das pós-graduações brasileiras. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, v. 31, n. 2, p. 2-11, 2018. DOI: <https://doi.org/10.5020/18061230.2018.6938>.

PARDINI, D. Terapia de reposição hormonal na menopausa. **Arquivos Brasileiros de Endocrinologia & Metabologia**, v. 58, n. 2, p. 172-181, 2014. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0004-27302014000200172&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0004-27302014000200172&lng=en&nrm=iso). Acesso em: 15 dez. 2026.



## REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

UTILIZAÇÃO DE PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS POR MULHERES NO CLIMATÉRIO  
Leila Santos Neto, Thais Nayara Soares Pereira, Marcus Vinicius Gonçalves Lima, Fabrício da Gama Pereira,  
Pollyanna de Siqueira Queirós Valerio, Daniela do Carmo Oliveira Mendes, Denize Jussara Rupolo Dall' Agnol

PEDROSO, R. dos S.; ANDRADE, G.; PIRES, R. H. Plantas medicinais: uma abordagem sobre o uso seguro e racional. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v. 31, n. 02, p. 1-19, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0103-73312021310218>.

PINTO, B. C. de M.; FELIX, C. R. P. "Médicas da Terra" em Conexão com a Natureza: O Uso de Plantas Medicinais por Mulheres Ribeirinhas. **Revista Cocar**, v. 24, n. 42, p. 01-21, 2026. Disponível em: <https://periodicos.uepa.br/index.php/cocar/article/view/11044/4925>. Acesso em: 04 mar. 2026.

REZENDE, A. M. L. *et al.* A importância da musculação para a mulher na menopausa. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 3, n. 3, p. 5250-5262, 2020. DOI: 10.34119/bjhrv3n3-101.

Riaz, M. *et al.* Phytobioactive compounds as therapeutic agents for human diseases: a review. **Food Science & Nutrition**, v. 11, n. 6, p. 2500–2529, 2023. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37324906/>. Acesso em: 27 mar. 2026

RISSARDI, B.; SOARES, R. A.; AYALA, A. L. M. Fatores de risco da doença coronariana entre os pacientes submetidos à revascularização miocárdica (RM) em Joinville/SC. **Revista de Atenção à Saúde**, v. 18, n. 65, p. 90-101, 2020. ISSN 2359-4330. DOI: <https://doi.org/10.13037/ras.vol18n65.6517>.

ROCHA, B. M. A.; PEREIRA, M. do S. V.; CARNEIRO, J. Q. Terapias complementares: fitoterapia como opção terapêutica no climatério e menopausa. **Revista de Ciências da Saúde Nova Esperança**, v. 16, n. 1, p. 16-25, 2017. Disponível em: <http://www.facene.com.br/wp-content/uploads/2018/05/2.-TERAPIAS-COMPLEMENTARES-FITOTERAPIA-COMO-OP%C3%87%C3%83O-TERAP%C3%8AUTICA-NO-CLIMAT%C3%89RIO-E-MENOPAUSA.pdf>. Acesso em: 15 dez. 2025.

ROCHA, J. S. B. *et al.* Perfil antropométrico e qualidade de vida em mulheres climatéricas. **Arquivo Catarinense de Medicina**, v. 43, n. 1, p. 60-64, 2014. Disponível em: <http://www.acm.org.br/revista/pdf/artigos/1274.pdf> Acesso em: 8 jan. 2026.

RODRIGUES, A. B. da C. *et al.* O impacto da histerectomia total sobre a função sexual feminina. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 13, n. 5, p. 1-8, 2021. DOI: <https://doi.org/10.25248/REAS.e7611.2021>.

RODRIGUES, J. E. de O.; MÜLLER, V. J. da S. Etnobotânica no Bairro Cristo Rei em Várzea Grande – Mato Grosso. **Biodiversidade**, v. 17, n. 1, p. 104-119, 2018. Disponível em: <https://periodicoscientificos.ufmt.br/ojs/index.php/biodiversidade/article/view/6540>. Acesso em: 14 jan. 2026.

RODRIGUES, R. M. **Associação entre obesidade e sintomatologia climatérica**. 2019. Monografia (Graduação em Educação Física) – Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, 2019. Disponível em: <https://repositorio.ufu.br/bitstream/123456789/26088/1/Associa%C3%A7%C3%A3oObesidadeSintomatologia.pdf>. Acesso em: 10 jan. 2026.

RODRIGUES, S. de O. *et al.* A fitoterapia *Morus Nigra*: como alternativa no tratamento dos sintomas da menopausa. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 4, p. 38529-38542, 2021. DOI: 10.34117/bjdv7n4-354.

SA, I. M. de. "Fito-hormônios": ciência e natureza no tratamento do climatério. **Physis**, v. 22, n. 4, p. 1503-1522, 2012. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-73312012000400013&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-73312012000400013&lng=en&nrm=iso). Acesso em: 25 nov. 2025.

ISSN: 2675-6218 - RECIMA21

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.



## REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

UTILIZAÇÃO DE PLANTAS MEDICINAIS E FITOTERÁPICOS POR MULHERES NO CLIMATÉRIO  
Leila Santos Neto, Thais Nayara Soares Pereira, Marcus Vinicius Gonçalves Lima, Fabrício da Gama Pereira,  
Pollyanna de Siqueira Queirós Valerio, Daniela do Carmo Oliveira Mendes, Denize Jussara Rupolo Dall' Agnol

SANTOS, D. C. *et al.* Uso de plantas medicinais como prática de cuidado na estratégia saúde da família. **Editora Científica Brasil**, v. 1, n. 1, 2021. Disponível em:

<https://www.editoracientifica.org/articles/code/201102016>. Acesso em: 10 jan. 2026.

SCHIAVO, M. *et al.* Conhecimento sobre plantas medicinais por mulheres em processo de envelhecimento. **Semina: Ciências Biológicas e da Saúde**, v. 38, n. 1, p. 45-60, 2017. DOI: 10.5433/1679-0367.2017v38n1p45.

SILVA, A. C.; LEITÃO, J. M. S. de R. Interações medicamentosas associadas a *Ginkgo biloba* L.: Revisão de literatura. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 6, e13810615535, 2021. DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i6.15535>.

SILVA, F. N. S. *et al.* Valorização do conhecimento popular sobre o uso de plantas medicinais na terceira idade. **Cadernos de Agroecologia**, v. 15, n. 2, 2020. Disponível em: <http://cadernos.aba-agroecologia.org.br/index.php/cadernos/article/view/5214/3065>. Acesso em: 10 jul. 2021.

SILVA, M. A. *et al.* Perfil nutricional e sintomatológico de mulheres no climatério e menopausa. **Cadernos da Escola de Saúde**, v. 2, n. 8, 2014. Disponível em: <http://portaldeperiodicos.unibrasil.com.br/index.php/cadernossaude/article/view/2360/1932>. Acesso em: 04 nov. 2025.

SOUZA, A. C.; ODA, J. Y. Tratamento dos sintomas do climatério utilizando medicamento fitoterápico: estudo de revisão. **Uningá Review**, v. 10, n. 1, p. 75-87, 2012. [https://www.mastereditora.com.br/periodico/20130803\\_1549012.pdf#page=75](https://www.mastereditora.com.br/periodico/20130803_1549012.pdf#page=75). Acesso em: 11 dez. 2025.

SOUZA, A. da S. *et al.* A utilização de fitoterápicos no manejo de mulheres no climatério/menopausa. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 9, e415997416, 2020. DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v9i9.7416>.

SOUZA, A. M. de *et al.* Influência do exercício físico nos sintomas climatéricos. **Referências em Saúde da Faculdade Estácio de Sá de Goiás-RRS-FESGO**, v. 3, n. 2, 2020. Disponível em: <https://estacio.periodicoscientificos.com.br/index.php/rrsfesgo/article/view/185>. Acesso em: 8 jan. 2026.

TRENTI, A. *et al.* Estrogen, angiogenesis, immunity and cell metabolism: solving the puzzle. **International Journal of Molecular Sciences**, v. 19, n. 3, p. 859, 2018. <https://doi.org/10.3390/ijms19030859>

VASCONCELLOS, C.; *et al.* Plantas medicinais utilizadas na saúde da mulher no Brasil. **Revista Horizonte de Enfermeria**, v. 22, n. 1, p. 23-33, 2011. Disponível em: <https://ainfo.cnptia.embrapa.br/digital/bitstream/item/49777/1/artigo-publicado-revista-horizonte-en-enfermeria.pdf>. Acesso em: 25 nov. 2025.

VELOSO, C. P.; LARROSA, C. R. R. Biodiversidade Brasileira como Fonte de Medicamentos Fitoterápicos. **Pontifca Universidade Católica de Goiás**, p. 1-15. 2012. Disponível em: <http://www.cpgls.pucgoias.edu.br/7mostra/Artigos/SAUDE%20E%20BIOLOGICAS/Biodiversidade%20Brasileira%20como%20Fonte%20de%20Medicamentos%20Fitoter%C3%A1picos.pdf>. 25 nov. 2025.

WHO – WORD HEALTH ORGANIZATION. **Physical status**: the use and interpretation of anthropometry. Geneva: World Health Organization; 1995. (WHO Technical Report Series 854).