

Trabalho apresentado no 26º CBCENF

Título: TERAPIAS COMPLEMENTARES: FITOTERAPIA COMO OPÇÃO TERAPÊUTICA NO CLIMATÉRIO

Relatoria: Jamilly Victória Oliveira Bispo
Anielly Lorena Lima do nascimento
Elizabeth de Oliveira Belo

Autores: Roberto Lira Belo Neto
Érica de Andrade Alves da Silva
Larissa Lages Ferrer de Oliveira

Modalidade: Comunicação coordenada

Área: Eixo 1: Assistência, gestão, ensino e pesquisa em Enfermagem

Tipo: Pesquisa

Resumo:

Introdução: A fitoterapia tem sido cada vez mais reconhecida como uma opção terapêutica no manejo dos sintomas do climatério, período de transição da fase reprodutiva para a não reprodutiva na vida da mulher. Nesse contexto, o uso de plantas medicinais e seus derivados ganha destaque devido à busca por alternativas naturais e eficazes para lidar com as manifestações físicas e psicológicas desse período. **Objetivo:** Analisar as evidências disponíveis sobre o uso da fitoterapia como opção terapêutica no período do climatério. **Método:** A elaboração se deu por meio de uma revisão na literatura do tipo integrativa, através de buscas nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO), PubMed, e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), no recorte temporal de 2019 a 2023, a partir do cruzamento dos descritores em ciências da saúde (DeCS) "Fitoterapia" AND "Climatério". Foram utilizados critérios de inclusão e exclusão para se obter uma melhor seleção, encontrados 169 artigos, e após a leitura, selecionados 5. **Resultados/Discussão:** Os resultados obtidos a cerca da pesquisa expõe que diversas plantas têm sido estudadas e utilizadas na fitoterapia para aliviar sintomas como fogachos, sudorese noturna, insônia, irritabilidade, ressecamento vaginal, entre outros associados ao climatério. Fitoterápicos como a Cimicifuga racemosa, Trifolium pratense, Valeriana officinalis e Hypericum perforatum têm demonstrado eficácia na redução desses sintomas, atuando de forma semelhante a terapias convencionais, porém com menor incidência de efeitos colaterais. O uso da fitoterapia no climatério representa uma abordagem complementar à saúde da mulher, proporcionando uma alternativa segura e natural para a promoção do bem-estar durante essa fase de transição. No entanto, é fundamental ressaltar a importância da orientação profissional adequada para a escolha e o acompanhamento do uso das plantas medicinais, garantindo sua eficácia e segurança. **Considerações finais:** Em virtude do que foi mencionado, conclui-se que uso da fitoterapia surge como uma opção terapêutica promissora no tratamento dos sintomas do climatério, contribuindo para uma abordagem mais holística e personalizada da saúde da mulher. Novas pesquisas e estudos clínicos são necessários para ampliar o conhecimento sobre o potencial terapêutico das plantas medicinais nesse contexto e aprimorar as recomendações clínicas para seu uso seguro e eficaz.