



ISSN: 2230-9926

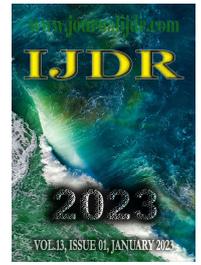
Available online at <http://www.journalijdr.com>

IJDR

International Journal of Development Research

Vol. 13, Issue, 01, pp. 61168-61172, January, 2023

<https://doi.org/10.37118/ijdr.25994.01.2023>



CASE REPORT

OPEN ACCESS

USO DE PLANTAS MEDICINAIS PARA ATUAR NO TRATAMENTO DA MENOPAUSA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

*¹Lilian Gleice Andrade da Silva, ²Karine Costa Melo, ³Diwlai Andressa Amorim de Moraes, ⁴Rômulo Torres Rolim, ⁵Ana Luiza Cordeiro de Carvalho, ⁵Marina Coêlho Vila-Nova, ⁵Sarah Lima Dias, ⁵Giovanna Lissa Câmara da Luz, ⁶Priscyla Freitas da Silva, ⁵Carlos Eduardo Barbosa Dantas, ⁷Martinho Martins Junior Pereira, ⁵Ana Letícia Alencar de Araújo, ⁸Lívia Mithye Mendes Myva, ⁹Wenderson Costa da Silva, ¹⁰Josimere Costa Ximenes and ¹¹João de Jesus Oliveira Junior

¹Enfermeira pelo Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão – UniFacema, Acadêmica de Medicina pela Faculdade de Ciências da Saúde Pitágoras de Codó, Brasil; ²Enfermeira. Especializanda em Gestão em Saúde pela Universidade Federal do Maranhão – UFMA, Brasil; ³Licenciada e Bacharel em Educação Física pela Universidade Federal do Piauí – UFPI, Acadêmica de Medicina pela Faculdade de Ciências da Saúde Pitágoras de Codó, Brasil; ⁴Cirurgião-dentista pela Associação Caruaruense de Ensino Superior – ASCES, Acadêmico de Medicina pela Faculdade de Ciências da Saúde Pitágoras de Codó, Brasil; ⁵Acadêmicos de Medicina pela Faculdade de Ciências da Saúde Pitágoras de Codó, Brasil; ⁶Advogada pelo Centro de Ensino Unificado do Maranhão – UNICEUMA, Brasil; ⁷Farmacêutico e bioquímico Pelo Centro de Ensino Unificado do Maranhão – UNICEUMA, Acadêmico de Medicina pela Faculdade de Ciências da Saúde Pitágoras de Codó, Brasil; ⁸Graduada em Nutrição pelo Centro de Ensino Unificado de Brasília – UniCeub, Pós-graduada em Nutrição clínica hospitalar e ambulatorial pelo Centro Universitário Integrado, Brasil; ⁹Enfermeiro. Mestrando em Biodiversidade, Ambiente e Saúde pela Universidade Estadual do Maranhão – UEMA, Brasil; ¹⁰Mestre em Biodiversidade, Ambiente e Saúde pela Universidade Estadual do Maranhão – UEMA, Brasil; ¹¹Mestre em Ciências da Saúde pela Universidade Federal do Maranhão – UFMA, Brasil

ARTICLE INFO

Article History:

Received 03rd November, 2022

Received in revised form

14th November, 2022

Accepted 16th December, 2022

Published online 24th January, 2023

KeyWords:

Menopausa; PlantaMedicinal; Eficácia.

*Corresponding author:

Lilian Gleice Andrade Silva

ABSTRACT

O climatério é o período que compreende a pré-menopausa, menopausa e pós-menopausa, sendo considerado uma transição importante e natural na vida da mulher. A menopausa é considerada o fim da menstruação, sendo confirmada após 12 meses sem fluxo menstrual, que ocorre devido à diminuição progressiva dos hormônios estrogênio e progesterona. O trabalho objetivou identificar as principais plantas medicinais utilizadas no tratamento da menopausa e descrever suas ações terapêuticas. Trata-se de um estudo de revisão integrativa, descritivo, exploratório de abordagem qualitativa, onde as bases utilizadas para a coleta de dados foram a PubMed da *National Library of Medicine*; *Web of Science* da *Clarivate Analytics*; *Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature* (CINAHL) da EBSCO; e a Biblioteca Virtual da Saúde (BVS), coordenada pela Biblioteca Regional de Medicina (BIREME) e composta de bases de dados bibliográficas produzidas pela Rede BVS, como LILACS, além da base de dados Medline e outros tipos de fontes de informação. Quanto aos principais resultados, há evidências que algumas plantas apresentam entre seus constituintes, substâncias semelhantes ao estrogênio, chamadas de fitoestrógenos, que regulam os níveis de estrogênio no organismo feminino, podendo diminuir sintomas negativos provenientes da desordem hormonal. Como exemplos, pode-se citar o cardo-mariano e a erva doce. Por fim, este estudo permitiu compreender mais sobre o emprego de plantas medicinais no tratamento da menopausa, reconhecendo que algumas espécies expressam metabólitos capazes de atuar na regulação hormonal e diversas plantas apresentam ação terapêutica sobre os sintomas da menopausa.

Copyright©2023, Lilian Gleice Andrade Silva et al. This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

Citation: Lilian Gleice Andrade Silva, Karine Costa Melo, Diwlai Andressa Amorim de Moraes, Rômulo Torres Rolim, Ana Luiza Cordeiro de Carvalho, Marina Coêlho Vila-Nova et al., 2023. "Uso de plantas medicinais para atuar no tratamento da menopausa: uma revisão integrativa", *International Journal of Development Research*, 13, (01), 61168-61172.

INTRODUCTION

O climatério é o período que compreende a pré-menopausa, menopausa e pós-menopausa, sendo considerado uma transição importante e natural na vida da mulher. A menopausa é considerada o fim da menstruação, sendo confirmada após 12 meses sem fluxo menstrual, que ocorre devido à diminuição progressiva dos hormônios estrogênio e progesterona (Leite *et al.*, 2020; Santos *et al.*, 2021). Apesar de climatério e menopausa não serem encarados de forma positiva e ser um assunto frequentemente mantido em sigilo pelas mulheres, sendo associado ao envelhecimento e perda da feminilidade, é necessário destacar que, cada mulher vivencia a fase de forma diferente, sendo influenciada pelo contexto em que se encontra (Leite *et al.*, 2020; Alcântara *et al.*, 2020). Apesar das particularidades, as mulheres apresentam sinais e sintomas característicos comuns, dentre eles deve-se citar: diminuição de energia, ondas de calor, suores noturnos, ganho de peso, alterações de humor (Leite *et al.*, 2020), e problemas relacionados ao sono (Santos *et al.*, 2021). Pode haver ainda, uma diminuição da qualidade de vida, onde manifestações psicológicas devem ser observadas com atenção (Leite *et al.*, 2020; Rocha *et al.*, 2018), problemas com incontinência, ressecamento vaginal e problemas de ordem sexual, problemas musculares e nas articulações, entre outros (Silva *et al.*, 2022). Para amenizar a sintomatologia apresentada por algumas mulheres, diversos tratamentos podem ser utilizados, dentre os quais destaca-se a reposição hormonal (Mota *et al.*, 2021), prática de atividades físicas e terapias complementares, ressaltando-se o uso de plantas medicinais e fitoterápicos (Rocha *et al.*, 2018; Oliveira *et al.*, 2021). As plantas medicinais são bastante utilizadas pela população brasileira para tratar diversas patologias e seu uso é estimulado principalmente dentro da atenção primária, onde a prática é reconhecida pelo Ministério da Saúde com a criação da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC). A população feminina é maioria quando se trata do consumo de plantas medicinais para o tratamento de doenças do aparelho circulatório, doenças endócrinas, nutricionais e metabólicas (Zeni *et al.*, 2017). Neste sentido, diversas espécies vegetais apresentam propriedades capazes de atuar no tratamento dos sintomas da menopausa (Rodrigues *et al.*, 2021). Este estudo teve como problemática “O que a literatura científica traz sobre o uso de plantas medicinais para atuar no tratamento da menopausa?”. Para tal, os objetivos da pesquisa foram identificar as principais plantas medicinais utilizadas no tratamento da menopausa e descrever suas ações terapêuticas. A relevância do trabalho foi conhecer mais o período do climatério, com foco na menopausa, enfatizando seus sinais e sintomas característicos, o uso de plantas medicinais como terapias alternativas para o tratamento da menopausa e estimular uma maior promoção desta prática pelos profissionais da saúde entre a população.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de revisão integrativa, descritivo, exploratório de abordagem qualitativa. Existem muitos métodos de revisão de literatura, que podem atender a uma infinidade de propósitos distintos.

Um método de revisão de literatura amplamente utilizado na enfermagem e com grande potencial teórico é a revisão integrativa (Da Silva *et al.*, 2020). Uma revisão integrativa sintetiza e avalia o conhecimento atual de um tópico para fornecer novos insights sobre ele. Essa abordagem se expressa de diversas formas no processo de construção de uma revisão integrativa, desde a etapa de formulação do problema até a etapa de apresentação dos resultados. A revisão integrativa pode ser uma maneira interessante de preencher a lacuna entre as teorias de enfermagem e a pesquisa e a prática de enfermagem (Da Silva *et al.*, 2020). O processo de revisão integrativa perpassa pelas seguintes etapas: 1) identificação do tema e seleção da questão de pesquisa; 2) estabelecimento de critérios de inclusão e exclusão; 3) Identificação dos estudos pré-selecionados e selecionados; 4) Categorização dos estudos selecionados; 5) Análise e interpretação dos resultados e, 6) apresentação da revisão/síntese do conhecimento (Botelho *et al.*, 2011). A partir do tema geral “USO DE PLANTAS MEDICINAIS PARA ATUAR NO TRATAMENTO DA MENOPAUSA: uma revisão integrativa” foi determinada como questão de pesquisa: “O que as evidências científicas mostram sobre o uso de plantas medicinais para atuar no tratamento da menopausa?”.

As bases utilizadas para a coleta de dados foram a PubMed da *National Library of Medicine*; *Web of Science* da *Clarivate Analytics*; *Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature* (CINAHL) da EBSCO; e a Biblioteca Virtual da Saúde (BVS), coordenada pela Biblioteca Regional de Medicina (BIREME) e composta de bases de dados bibliográficas produzidas pela Rede BVS, como LILACS, além da base de dados Medline e outros tipos de fontes de informação. Como critérios de inclusão utilizaram-se estudos disponíveis em sua totalidade, publicados nos últimos cinco anos, de 2017 a 2022, nos idiomas Português, Inglês e Espanhol. Foram excluídos da busca inicial capítulos de livros, resumos, textos incompletos, teses, dissertações, monografias, relatos técnicos, estudos de revisão e outras formas de publicação que não fossem artigos originais completos. A temática, determinou a construção da estratégia PICO, que representa um acrônimo para Paciente ou Problema (P), Intervenção (I), Comparação (C) e Desfechos (O-outcomes). Nesta etapa foram utilizados descritores e “termos alternativos” vinculados a descritores definidos nos Descritores de Ciências e Saúde (DECs) e *Medical Subject Headings* (Mesh terms), conforme o Quadro 1.

O booleano utilizado entre termos do mesmo elemento foi “OR” e entre elementos da estratégia foi o booleano “AND”. O elemento “C” da estratégia não foi utilizado, pois está não tem por finalidade comparar intervenções. A Figura 1 mostra o fluxograma do processo de seleção dos artigos nas bases de dados consultadas. Ao final, dez (10) artigos atenderam a questão norteadora e foram adicionados ao estudo. Nesta etapa foram analisadas as informações coletadas nos artigos científicos e criadas categorias analíticas que facilitaram a ordenação e a sumarização de cada estudo. Essa categorização foi realizada de forma descritiva, indicando os dados mais relevantes para o estudo. Optou-se pela análise em forma estatística e da forma de texto, utilizando cálculos matemáticos e inferências, que estão apresentados em quadros e tabelas para facilitar a visualização e compreensão.

Quadro 1. Descritores conforme elementos da estratégia PICO

ELEMENTOS	MESH TERMS	DECS	TERMOS ALTERNATIVOS
P	(Menopause) OR (Hot Flashes)	(Menopause)	-
I	(Plants, Medicinal)	(Plants, Medicinal)	(Medicinal Plant) OR (Plant, Medicinal) OR (Medicinal Plants) OR (Medicinal Herbs) OR (Herb, Medicinal) OR (Medicinal Herb) OR (Herbs, Medicinal) OR (Pharmaceutical Plants) OR (Pharmaceutical Plant) OR (Plant, Pharmaceutical) OR (Plants, Pharmaceutical) OR (Healing Plants) OR (Healing Plant) OR (Plant, Healing) OR (Plants, Healing)
C	Não utilizado	Não utilizado	Não utilizado
O	Optou-se pelo termo alternativo	(Efficacy) OR (Effectiveness)	(Effectiveness)

Fonte: Descritores em Ciências da Saúde e Medical Subject Headings, 2022.

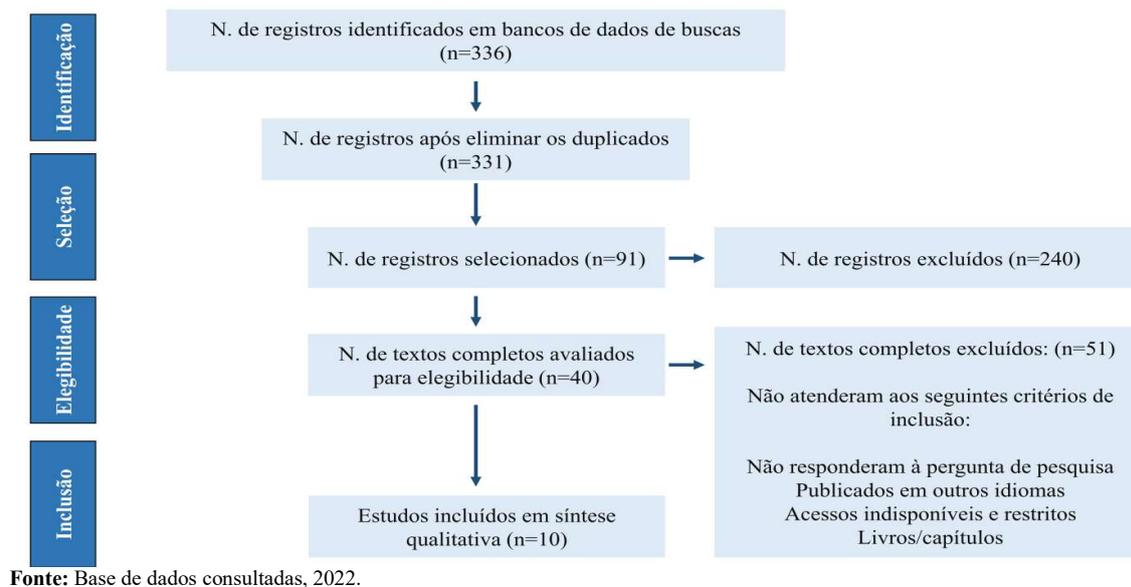


Figura 1. Fluxograma do processo de seleção dos estudos

Tabela 1. Análise descritiva dos estudos elegíveis. N=10, Timbiras-MA

VARIÁVEIS	N	%
Base de dados		
Bireme	01	10,0
Cinahl	02	20,0
Pubmed	02	20,0
Web of science	05	50,0
Desenho de estudo		
Ensaio clínico randomizado	08	80,0
Estudo observacional	02	20,0
Abordagem de estudo		
Quantitativa	10	100,0
Idioma		
Inglês	10	100,0
Pais		
Austrália	01	10,0
Canadá	01	10,0
Irã	05	50,0
Itália	02	20,0
Polônia	01	10,0
Nível de evidência		
Nível 2	08	80,0
Nível 4	02	20,0

Fonte: Elaborado pela autora (2022).

As evidências científicas foram classificadas segundo os níveis propostos por Brasil (2020) e os graus de recomendação propostos por Bork (2011).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Ao final da seleção, 10 estudos atenderam aos critérios de elegibilidade, estes em sua maioria foram recuperados da base *Web of science* (80%) e eram ensaios clínicos randomizados (80%), com abordagem quantitativa dos dados (80%), conforme demonstrado na Tabela 1. Os estudos estavam disponíveis na língua inglesa (100%), e era provenientes do Irã (50%) e da Itália (20%) em sua maioria. Quanto ao nível de evidência foi utilizado a classificação proposta por Bork (2011), que considerou bastante satisfatória o nível de evidência dos estudos, uma vez que, eram compostos principalmente de ensaios clínicos randomizados que contam com um grau de rigorosidade e confiabilidade dos métodos aplicados a este delineamento. Os estudos também foram descritos quanto suas características, destacando as informações pertinentes à questão norteadora do estudo, organizados quanto autor, ano, título, objetivo e principais resultados, afim de facilitar a interpretação da amostra obtida quanto os parâmetros que foram submetidas no processo de seleção (Quadro 2).

Os estudos tinham como ênfase abordar novas terapias no Manejo da menopausa, voltados para o princípio fitoterápico, uma vez que, representam um baixo custo de comercialização além de reforçar e validar parte do conhecimento popular atrelado ao campo científico. Neste sentido, os estudos são importantes para apoiar gestores a implantar a Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos, principalmente a nível de atenção primária. Nas últimas décadas a preocupação com a qualidade de vida e o envelhecimento saudável tem aumentado e se tornado objeto de estudos. Neste ponto, opções de tratamentos alternativos para a menopausa têm ganhado destaque, uma vez que, o assunto vem deixando de ser um tabu e uma condenação para as mulheres. Para tal, as pesquisas têm apontado que a suplementação nutracêutica é eficaz e segura para atuar junto aos primeiros sintomas que ocorrem no período de transição da menopausa (Villa *et al.*, 2017). Em sintonia com a afirmativa, Steels *et al.* (2018) expõem que segundo a medicina ayurvédica, algumas plantas medicinais comoguduchi, Shavatari, Ashwagandha e Guggul são seguras e efetivas no tratamento da menopausa. Outras opções de suplementos nutracêuticos incluem o Femelis Meno® contendo extratos padronizados de pólen de flores e pistilo, que é comercializado mundialmente e oferece alta segurança (Paszkowski e Skrzypulec-Plinta, 2018).

Quadro 2. Caracterização dos estudos elegíveis. Timbiras-MA, N=10

AUTOR/ANO	TÍTULO	OBJETIVO	PRINCIPAIS RESULTADOS
Saberi et al. (2020)	Evaluation of the effect of <i>Silybum marianum</i> extract on menopausal symptoms: A randomized, double-blind placebo-controlled trial.	Avaliar o efeito do <i>Silybum marianum</i> (<i>L.</i>) em comparação com placebo em mulheres com afrontamentos.	A <i>S. marianum</i> pode diminuir frequência e gravidade dos afrontamentos significativamente. Considerando a segurança e o alto consumo mundial deste medicamento fitoterápico, seu uso em mulheres com sintomas de menopausa pode ser útil.
Chinnappan et al. (2020)	Efficacy of <i>Labisia pumila</i> and <i>Eurycoma longifolia</i> standardised extracts on hot flushes, quality of life, hormone and lipid profile of peri-menopausal and menopausal women: a randomised, placebo-controlled study.	Investigar as mudanças na frequência e gravidade da descarga quente e sintomas vasomotores experimentados por mulheres peri-menopausadas e menopausadas suplementados com a formulação herbal (Nu femme™) compreendendo <i>Labisia pumila</i> (SLP+®) e <i>Eurycoma longifolia</i> (Physta®) ou placebo.	Não houve diferenças significativas na atenuação da gravidade dos sintomas de descarga a quente, bem como hormônio e perfis lipídicos, marcadores de saúde óssea, sono e vitalidade parâmetros em mulheres saudáveis na peri- e pós-menopausa complementado com Nu-femme™ em comparação com o placebo. No entanto, a Nu-femme™ foi considerada segura e bem tolerada nesta população testada no estudo de 6 meses.
Emamina et al. (2020)	The effects of <i>Elaeagnus angustifolia</i> L. whole fruit on the sex hormone profile in menopausal women: A double-blind, randomized, placebo-controlled study	Avaliar os efeitos da ingestão oral de <i>E. angustifolia</i> em pó de frutas inteiras sobre a perfil dos hormônios sexuais em mulheres na menopausa.	De acordo com as análises entre grupos, as mudanças nos parâmetros estudados não foram significativas entre os grupos de fitoterapia e placebo, exceto no caso de dores articulares que melhoraram significativamente na fitoterapia em grupo. Entretanto, pela análise dentro do grupo, os níveis de FSH e FSH para a testosterona mostraram um aumento significativo, enquanto o nível de progesterona diminuiu significativamente após 10 semanas de consumo de <i>E. angustifolia</i> .
Ghaffari et al. (2020)	The effect of Fennel seed powder on estradiol levels, menopausal symptoms, and sexual desire in postmenopausal women	Determinar o efeito do pó de semente de funcho nos sintomas da menopausa, desejo sexual e níveis de estradiol sérico em mulheres na pós-menopausa.	Os resultados indicaram que o uso diário de sementes de funcho melhorou significativamente os sintomas da menopausa em mulheres na pós-menopausa durante 8 semanas, embora seu efeito sobre os níveis de estradiol e desejo sexual não tenha sido significativo.
Villa et al. (2017)	The impact of combined nutraceutical supplementation on quality of life and metabolic changes during the menopausal transition: a pilot randomized trial	Avaliar a eficácia de um suplemento combinado nutracêutico sobre os sintomas e alterações metabólicas precoces durante a transição menopausal.	No grupo de suplementação nutracêutica, foi demonstrada uma redução significativa dos sintomas da menopausa de acordo com a KI após 3 e 6 meses de suplementação ($p < 0,01$). A análise dentro do grupo dos diferentes parâmetros KI no grupo tratado mostrou uma melhora significativa em fushes quentes ($p < 0,001$), insônia ($p < 0,01$), fadiga ($p < 0,01$) e irritabilidade ($p < 0,01$). Os parâmetros metabólicos não mudaram significativamente no grupo suplementado por nutracêuticos. No grupo de controle, o nível de colesterol total apresentou um aumento significativo ($p < 0,05$).
Marrai et al. (2017)	Efficacy and tolerability of a plant-based, multi-component cream (Ginetrox®) in vulvovaginal disorders of the genitourinary syndrome during menopause	Avaliar a eficácia e tolerabilidade de uma planta, creme multicomponente (Ginetrox®) em distúrbios vulvovaginais do genitourinário durante a menopausa	Foi observada uma melhora estatisticamente significativa nos escores de dor e dispareunia no final do tratamento em comparação com os valores de base. O índice de saúde vestibular diminuiu significativamente após 3 meses. A tolerabilidade foi aceitável.
Dadfar e Bamdad (2018)	The effect of <i>Salvia officinalis</i> extract on the menopausal symptoms in postmenopausal women: An RCT	Avaliar o efeito da <i>Salvia officinalis</i> sobre a diminuição da gravidade dos sintomas da menopausa nas mulheres na pós-menopausa.	Os resultados mostraram a gravidade dos afrontamentos, suores noturnos, pânico, fadiga, e concentração tinham diferenças significativas antes e depois do consumo de sálvia extrato. A <i>Salvia officinalis</i> foi eficaz para mudar a gravidade de alguns dos sintomas da menopausa em mulheres na pós-menopausa.
Steels et al. (2018).	A double-blind, randomized, placebo-controlled trial evaluating safety and efficacy of an ayurvedic botanical formulation in reducing menopausal symptoms in otherwise healthy women	Examinar a segurança e eficácia de um botânico ayurvédico formulada combinação na redução de sintomas vasomotores e outros sintomas associados à menopausa em mulheres saudáveis.	Foi demonstrada uma diferença significativa para a pontuação total MENQOL e os grupos vasomotor ($p < 0,001$), psicossocial ($p < 0,001$), físico ($p = 0,02$) e sexual ($p < 0,001$) entre o tratamento ativo e os grupos placebo após 12 semanas. Houve uma redução significativa no total de hot flushes, hot flushes diurnos e suores noturnos no grupo de tratamento ativo em comparação com o grupo placebo ($p \leq 0,001$). Não foram observadas mudanças significativas nos níveis de hormônio sérico ou índices de saúde entre o grupo ativo e o grupo placebo.
Paszkowski e Skrzypulec-Plinta (2018)	Assessment of quality of life in women using Femelis Meno	Avaliar o impacto do uso de Femelis Meno sobre a qualidade de vida das mulheres sofrendo de sintomas da menopausa.	Os resultados deste estudo sugerem que a Femelis Meno deve ser levada em consideração ao selecionar uma estratégia terapêutica em casos de sintomas da menopausa que piora significativamente a qualidade de vida, em particular em pacientes para os quais a segurança da terapia é uma questão importante.
Eatemadnia et al. (2019)	The effect of <i>Hypericum perforatum</i> on postmenopausal symptoms and depression: A randomized controlled trial	Testar o efeito do <i>Hypericum perforatum</i> em afrontamentos, menopausa sintomas, e depressão em mulheres na pós-menopausa.	Setenta mulheres completaram o estudo e cinco mulheres de cada grupo retiraram o estudo. A frequência e intensidade dos afrontamentos e a pontuação da escala de Kupperman diminuíram significativamente no <i>H. perforatum</i> grupo em relação ao grupo de controle ($p < 0,001$). Além disso, a intensidade da depressão diminuiu significativamente no grupo <i>H. perforatum</i> em comparação com o grupo de controle. No final do estudo, 80% das mulheres no grupo de grupo de intervenção não teve depressão em comparação a apenas 5,7% no grupo de controle ($p < 0,001$).

As plantas medicinais podem ser consumidas de diferentes formas, onde a pomada à base de multicomponentes Ginetrox® é comercializada por conseguir minimizar dispareunia e outros sintomas vaginais em mulheres no período da menopausa (Marrai *et al.*, 2017). Destaca-se que os mecanismos de ação das plantas medicinais no tratamento de sintomas da menopausa e durante o climatério ainda precisam ser totalmente esclarecidos. Porém, há evidências que algumas plantas apresentam entre seus constituintes, substâncias semelhantes ao estrogênio, chamadas de fitoestrógenos, que regulam os níveis de estrogênio no organismo feminino, podendo diminuir sintomas negativos provenientes da desordem hormonal. Como exemplos, pode-se citar o cardo-mariano e a erva doce (Saber *et al.*, 2020; Ghaffari *et al.*, 2020). Os sintomas que mais incomodam a mulher durante o climatério incluem ondas de calor, padrão de sono alterado, mudanças de humor que podem evoluir para transtornos mentais, e fator de risco aumentado para doenças cardiovasculares. Neste ponto, o consumo regular de plantas medicinais como o cardo mariano, *labisia pumila* e tongkat Ali tem potencial para minimizar tais agravos e melhorar a qualidade de vida das mulheres afetadas negativamente pela menopausa (Saber *et al.*, 2020; Chinnappan *et al.*, 2020). Neste sentido, a planta sálvia-comum se mostrou eficaz para combater ou minimizar a gravidade das ondas de calor, suores noturnos, pânico, fadiga e aumentou a concentração (Dadfar e Bamdad, 2018). Corroborando com o exposto, Eatemadnia *et al.* (2019) afirmam que a erva de São João (*hypericum perforatum*) tem propriedades para reduzir diversos sintomas de menopausa e atuar na terapêutica de depressão em mulheres pós-menopausa. Por fim, Emaminia *et al.* (2020) discorrem sobre potencial do oleastro e apontam que mais estudos devem ser realizados para comprovar os benefícios de diversas plantas medicinais e os seus mecanismos de atuação em todo o período de climatério.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo permitiu compreender mais sobre o emprego de plantas medicinais no tratamento da menopausa, reconhecendo que algumas espécies expressam metabólitos capazes de atuar na regulação hormonal e diversas plantas apresentam ação terapêutica sobre os sintomas da menopausa. Sabe-se que as mulheres são acometidas por diversos sintomas durante a menopausa. Por isso, é essencial que profissionais e gestores da saúde estejam alinhados para oferecer tratamentos alternativos e eficazes para as mulheres neste período, diminuindo os custos para a população e o sistema de saúde. Como limitações do estudo tem-se a dificuldade de encontrar evidências científicas atualizadas e a escassa literatura sobre uso de plantas medicinais no tratamento da menopausa. Por fim, o estudo possibilitou expandir os conhecimentos acerca do climatério, menopausa, plantas medicinais e fatores que envolvem seu consumo. Dessa forma, considera-se que novas pesquisas devem ser realizadas nesta linha de investigação, a fim de provar os benefícios das plantas medicinais no tratamento de sintomas da menopausa.

REFERÊNCIAS

Alcântara, L. L. D., Nascimento, L. C. D., Oliveira, V. A. D. C. 2020. Conhecimento das mulheres e dos homens referente ao climatério e menopausa. *Enferm. Foco*, 11(1), pp. 44–49.

Bork, A. M. T. 2011. *Enfermagem baseada em evidências*. Rio de Janeiro, Guanabara Koonga.

Botelho, L. L. R., Cunha, C. C. A., Macedo, M. 2011. Método da revisão integrativa nos estudos organizacionais. *Gestão e Sociedade*, 5(11), pp. 121–136.

Brasil. 2020. *Informe semanal de evidências COVID-19*. Brasília, Ministério da Saúde.

Chinnappan, S. M., George, A., Evans, M., Anthony, J. 2020. Efficacy of *Labisia pumila* and *Eurycoma longifolia* standardised extracts on hot flushes, quality of life, hormone and lipid profile of peri-menopausal and menopausal women: a randomised, placebo-controlled study. *Food & Nutrition Research*, 64(3665).

Da Silva, R. N., Brandão, M. A. G., Ferreira, M. A. 2020. Integrative Review as a Method to Generate or to Test Nursing Theory. *Nursing Science Quarterly*, 33(3), pp. 258–263.

Dadfar, F., Bamdad, K. 2019. The effect of *Salvia officinalis* extract on the menopausal symptoms in postmenopausal women: An RCT. *International Journal of Reproductive BioMedicine*, 17(4).

Eatemadnia, A., Ansari, S., Abedi, P., Najar, S. 2019. The effect of *Hypericum perforatum* on postmenopausal symptoms and depression: A randomized controlled trial. *Complementary Therapies in Medicine*, 45, pp. 109–113.

Emaminia, F., Rezaei, A., Badehnoosh, B., Ramezani, R., Shabani, M. 2020. The effects of *Elaeagnus angustifolia* L. whole fruit on the sex hormone profile in menopausal women: A double-blind, randomized, placebo-controlled study. *Journal of Ethnopharmacology*, v. 246(112229), 2020.

Ghaffari, P., Hosseininik, M., Afrasiabif, A., Sadeghi, H., Hosseininik, A., Tabatabaei, S. M., Hosseini, N. 2020. The effect of Fennel seed powder on estradiol levels, menopausal symptoms, and sexual desire in postmenopausal women. *Menopause: The Journal of The North American Menopause Society*, 27(11), pp. 1281–1286.

Leite, T. A. S., Nunes, J. S. S., Pereira, A. J., Silva, M. L. 2020. Conhecimento de mulheres jovens sobre a menopausa e sintomas climatéricos. *Brazilian Journal of Health Review*, 3(3), pp. 7204–7212.

Marrai, R., Lissi, G., Togni, S., Maramaldi, G., Barbara, M., Giacomelli, L. 2017. Efficacy and tolerability of a plant-based, multi-component cream (Ginetrox®) in vulvovaginal disorders of the genitourinary syndrome during menopause. *Minerva Ginecologica*, 69(3), pp. 245–249.

Mota, L. J., Matos, G. V., Amorim, A. T. 2021. Impactos do climatério em mulheres do sudoeste baiano. *Research, Society and Development*, 10(7).

Oliveira, A. K. D. D., Oliveira, K. K. D., Souza, L. B., Lins, R. H. P. (2021). Uso de plantas medicinais e fitoterápicos no climatério e menopausa. *Research, Society and Development*, 10(10).

Paszowski, T., Skrzypulec-Plinta, V. 2018. Assessment of quality of life in women using *Femelis Meno*. *Menopause Rev.*, 17(2), pp. 77–85.

Rocha, B. M. D. A., Pereira, M. D. S. V. P., Carneiro, J. Q. 2018. Terapias complementares: fitoterapia como opção terapêutica no climatério e menopausa. *Revista de Ciências da Saúde*, 16(1).

Rodrigues, C. D. O., Viera, A. L. S. M., Barros, N. B., Oliveira, C. A. B. 2021. A fitoterapia *morus nigra*: como alternativa no tratamento dos sintomas da menopausa. *Brazilian Journal of Development*, 7(4), pp. 38529–38542.

Saber, Z., Gorji, N., Memariani, Z., Moeini, R., Shirafkan, H., Amiri, M. 2020. Evaluation of the effect of *Silybum marianum* extract on menopausal symptoms: A randomized, double-blind placebo-controlled trial. *Phytotherapy Research*, pp. 1–8.

Santos, M. A. D., Vilerá, A. N., Wysocki, A. D., Pereira, F. H., Oliveira, D. M., Santos, V. B. 2021. Sleep quality and its association with menopausal and climacteric symptoms. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 74(2).

Silva, I. M. D., Santos, A. M. P. V., Burg, M. R., Martins, M. I. M. 2022. A percepção de mulheres a respeito dos sinais e sintomas do climatério/menopausa e a sua relação com a qualidade de vida. *Research, Society and Development*, 11(4).

Steels, E., Steele, M., Harold, M., Adams, L., Coulson, S. (2018). A double-blind, randomized, placebo-controlled trial evaluating safety and efficacy of an ayurvedic botanical formulation in reducing menopausal symptoms in otherwise healthy women. *Journal of Herbal Medicine*, 11, pp. 30–35.

Villa, P., Amar, I. D., Bottoni, C., Cipolla, C., Dinoi, G., Moruzzi, M. C., Scambia, G., Lanzone, A. (2017). The impact of combined nutraceutical supplementation on quality of life and metabolic changes during the menopausal transition: a pilot randomized trial. *Arch Gynecol Obstet*, 296, pp. 791–801.

Zeni, A. L. B., Parisotto, A. V., Mattos, G., Helena, E. T. S. (2017). Utilização de plantas medicinais como remédio caseiro na Atenção Primária em Blumenau, Santa Catarina, Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, 22(8), pp. 2703–2712.