

## **Prevalência e caracterização das prescrições magistrais com fitoterápicos no tratamento da menopausa em uma farmácia de manipulação privada do interior da Bahia**

**Prevalence and characterization of magistrate prescriptions with phytotherapy in the treatment of menopause in a private manipulation pharmacy in the interior of Bahia**

**Prevalencia y caracterización de prescripciones magistradas con fitoterapia en el tratamiento de la menopausia en una farmacia privada de manipulación del interior de Bahía**

Recebido: 08/11/2022 | Revisado: 20/11/2022 | Aceitado: 22/11/2022 | Publicado: 28/11/2022

**Andressa Nobre Dos Santos**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8654-5439>

Faculdade Independente do Nordeste, Brasil

E-mail: [andressa03nds@gmail.com](mailto:andressa03nds@gmail.com)

**Carolina Da Conceição Queiroz**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8661-4510>

Faculdade Independente do Nordeste, Brasil

E-mail: [queiroz\\_carolina@hotmail.com](mailto:queiroz_carolina@hotmail.com)

**Alane Pereira Das Virgens**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5601-2279>

Faculdade Independente do Nordeste, Brasil

E-mail: [alane@fainor.com.br](mailto:alane@fainor.com.br)

**Tayanne Andrade Dos Santos**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7977-6308>

Faculdade Independente do Nordeste, Brasil

E-mail: [tayanneandradedossantos@gmail.com](mailto:tayanneandradedossantos@gmail.com)

### **Resumo**

A menopausa marca uma grande transição na vida das mulheres, tendo em sua maioria sintomas que impactam diretamente e arduamente sua qualidade de vida. Esta pesquisa tem como objetivo, determinar a prevalência e a caracterização do uso de fitoterápicos no tratamento para menopausa em prescrições magistrais em uma farmácia de manipulação. Trata-se de um estudo transversal de natureza retrospectiva exploratória e abordagem quantitativa. Os dados foram coletados em uma farmácia de manipulação de pequeno porte, de natureza privada, localizada em Vitória Da Conquista, Bahia. O instrumento utilizado para a obtenção de dados na pesquisa foi o sistema eletrônico *FórmulaCerta*. Os resultados mostraram a relação direta desses fitoterápicos como terapia não hormonal no climatério e a importância de utilizá-las como forma alternativa de tratamento. Conclui-se que dos fitoterápicos mais prescritos foram a Passiflora, Tribulus Terrestres e Rhodiola Rósea, tendo as principais associações identificadas a Cimicifuga, Amora, Tribulus Terrestres e Isoflavonas.

**Palavras-chave:** Fitoterápicos; Menopausa; Saúde da mulher; Farmácia de manipulação.

### **Abstract**

Menopause marks a major transition in women's lives, having mostly symptoms that directly and harshly impact their quality of life. This research aims to determine the prevalence and characterization of the use of herbal medicines in the treatment for menopause in prescriptions in a compounding pharmacy. This is a cross-sectional study of exploratory retrospective nature and quantitative approach. Data were collected in a small, private compounding pharmacy located in Vitória da Conquista, Bahia. The electronic system *FórmulaCerta* was used for data collection. The results showed the direct relationship of these phytotherapies as non-hormonal therapy in climacteric conditions and the importance of using them as an alternative form of treatment. It was concluded that of the most prescribed herbal medicines were Passiflora, Tribulus Terrestres and Rhodiola Rósea, and the main associations identified were Cimicifuga, Mulberry, Tribulus Terrestres and Isoflavones.

**Keywords:** Herbal medicines; Menopause; Women's health; Compounding pharmacy.

### **Resumen**

La menopausia marca una transición importante en la vida de las mujeres, la mayoría de las cuales presentan síntomas que afectan directa y duramente a su calidad de vida. Esta investigación tiene como objetivo determinar la prevalencia

y la caracterización del uso de medicamentos a base de hierbas en el tratamiento de la menopausia en las prescripciones magistrales en una farmacia compuesta. Se trata de un estudio transversal de carácter retrospectivo exploratorio y de abordaje cuantitativo. Los datos se recogieron en una pequeña farmacia privada de compuestos situada en Vitória da Conquista, Bahía. Para la recogida de datos se utilizó el sistema electrónico FórmulaCerta. Los resultados mostraron la relación directa de estas fitoterapias como terapia no hormonal en las afecciones climatéricas y la importancia de utilizarlas como forma alternativa de tratamiento. Se concluyó que los fitoterápicos más prescritos eran la Passiflora, el Tribulus Terrestres y la Rhodiola Rósea, teniendo como principales asociaciones identificadas la Cimicifuga, la Amora, el Tribulus Terrestres y las Isoflavonas.

**Palabras clave:** Hierbas medicinales; Menopausia; La salud de la mujer; Farmacia de manipulación.

## 1. Introdução

A menopausa marca uma grande transição na vida das mulheres, para algumas sendo algo positivo pois acaba se transformando em uma mudança libertadora, deixando de lado as ansiedades sobre questões como, gravidez, dor ou desconforto associadas aos seus órgãos reprodutivos. Para outras acaba se tornando algo negativo, pois muitas relacionam isso com o envelhecimento, que em muitas culturas principalmente ocidentais isso é visto como um conceito negativo significativo. Em todo caso, essa transição vem acompanhada por infinidades de sintomas e um olhar importante na questão da saúde, pois pode afetar todas as mulheres (Minkin, 2019).

As mulheres com faixa etária entre 45 e 52 anos, na sua maioria estão perceptíveis a passar por mudança no seu estado hormonal devido ao término do ciclo menstrual sendo um período chamado menopausa. Em média, 1,2 bilhões de mulheres em todo mundo passarão pela menopausa ou pós menopausa até o ano de 2030, tendo 47 milhões de novas integrantes em cada ano. Ondas de calor, suores noturnos, distúrbios do sono, disfunção sexual, distúrbios do humor, ganho de peso e declínio cognitivo, são alguns dos problemas que mais de 85% dessas mulheres irão apresentar quando a fase chegar (Johnson et al., 2019).

Muitas mulheres buscam soluções para vários distúrbios ginecológicos, sendo usualmente na questão das síndromes pré-menstrual, dismenorreia e sintomas da menopausa, dando preferência a produto e terapias farmacológicas a base de plantas, pois as reposições hormonais na menopausa vêm tendo altas probabilidades de eventos adversos graves, como por exemplo o câncer de mama (Kenda et al., 2021).

A utilização das plantas medicinais na saúde humana vem desde a antiguidade, sendo acompanhada constantemente obtendo um papel extremamente importante nas curas de doenças. Hoje em dia ainda tem –se interesse pela medicina vegetal, a partir dos conhecimentos e experiências dos povos antigos vem se observando medicamentos melhores, mais eficazes e comprovados a serem usados (Šantić et al., 2017).

A cultura dos antepassados traz uma boa bagagem de informações que associadas a estudos mais profundos resultam na descobertas e elaboração de novos fármacos a partir das plantas. Sendo utilizadas as matérias primas vegetais tanto de partes do caule, como de raízes e folhas e depois de muitos testes rigorosos e processos industriais são feitos os medicamentos fitoterápicos. Além do mais, a sua utilização é menos prejudicial à saúde comparada aos medicamentos alopáticos, ajudando também na prevenção e tratamento de doenças (Souza et al., 2019).

Desse modo, este estudo tem como objetivo analisar os principais fitoterápicos prescritos em formulações magistrais, avaliando as prescrições dos profissionais, as entradas de receituários, considerando a dosagem e a posologia das substâncias, associações com outras classes farmacêutica e a idade dos pacientes.

## 2. Metodologia

Trata-se de um estudo transversal de natureza retrospectiva exploratória e abordagem quantitativa. Segundo Silva e Menezes (2001), o estudo retrospectivo exploratório são determinações de um momento atual até um ponto passado, visando uma aproximação do pesquisador com o tema, para uma familiaridade melhor com o proposto, investigar subsídios e torná-los explícitos ou construir hipóteses.

O estudo quantitativo transversal traz uma pesquisa realizada em período de tempo curto, obtendo se opiniões e informações em que os números são utilizados para classificação e análises (Fontelles et al., 2009). A pesquisa qualitativa é descrita pelo desenvolvimento conceitual de fatos, ideias ou opiniões, e do entendimento indutivo ou interpretativo a partir dos dados encontrados (Soares, 2019).

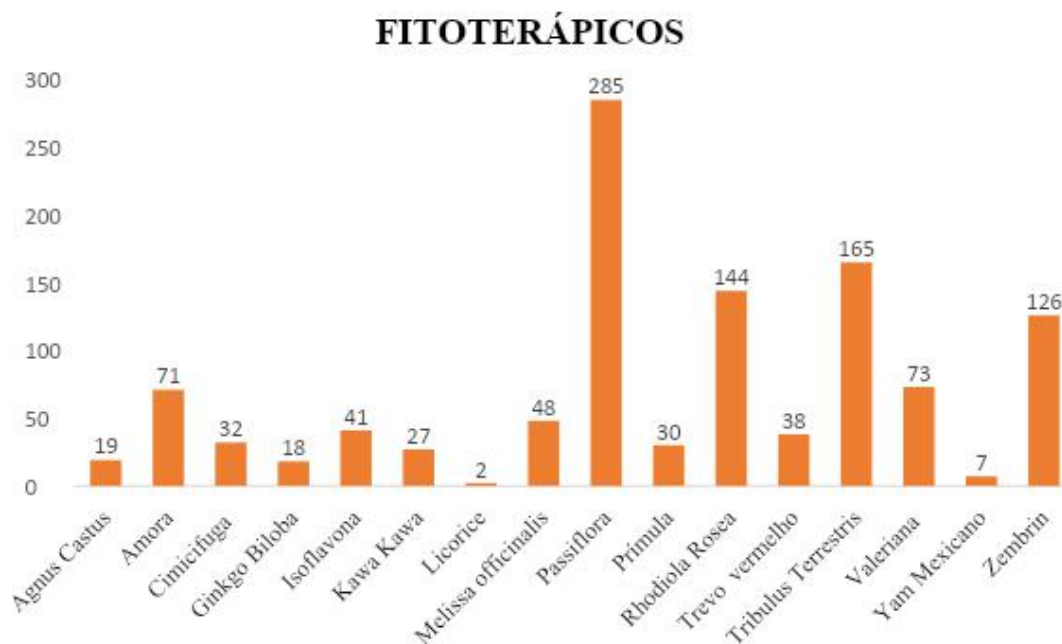
Os dados foram coletados em uma farmácia de manipulação de pequeno porte, de natureza privada, localizada em Vitória Da Conquista, Bahia. O instrumento utilizado para a obtenção de dados na pesquisa foi o sistema eletrônico disposto pelo estabelecimento o *FórmulaCerta* da empresa Fagron Technologies. Por meio desse sistema foram gerados dados das principais substâncias fitoterápicas que possuem no estoque da farmácia para tratamento, controle e prevenção dos sintomas da menopausa, sendo observado nos cadastros de pacientes e respectivamente seus receituários no período de junho de 2021 a maio de 2022. Foram coletados os dados referentes a especialidade do prescritor, características dos fitoterápicos prescritos (forma farmacêutica, dose, classes de medicamentos associados com sua respectiva dose e mês da prescrição). Por fim foram avaliados dados somente de prescrições de pacientes do gênero feminino, e idades. A fim de organizar os dados descritos em gráficos e tabelas de forma quantitativa como frequência absoluta e percentual.

Esta pesquisa cumpriu as determinadas questões éticas e legais contidas na Resolução nº 466/2012 da Comissão Nacional de Saúde, sendo realizada após aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade Independente do Nordeste – FAINOR, sob protocolo nº 5.495.818.

### **3. Resultados e Discussão**

Para o presente estudo, foram selecionados 16 fitoterápicos mais utilizados para alívio dos sintomas da menopausa, dispensados em uma farmácia de manipulação no período de junho de 2021 a maio de 2022, os quais estão representados no Gráfico 1. Foram um total de 30.893 prescrições dispensadas em 1 ano o decorrer das análises de dados dos fitoterápicos verificou-se que a *Passiflora* foi a que teve maior frequência de venda nesse período, tendo um total de 285 (25,31%), prescrições, em contrapartida o *Licorice* dentre os 16 fitoterápicos foi o que teve menor frequência de venda obtendo um total de 2 (0,17%) prescrições, conforme Gráfico 1.

**Gráfico 1** - Frequência dos fitoterápicos vendidos no período de junho de 2021 a maio de 2022. Farmácia de Manipulação, Região Sudoeste – BA, 2022.



Fonte: Dados da pesquisa (2022).

Os achados mostraram que a *Passiflora Incarnata L.* obteve um resultado de grande satisfação dentre os fitoterápicos mais vendidos. De acordo com Kim et al. (2017), a redução dos sintomas da menopausa utilizando a *Passiflora* foi relevante após a terceira para sexta semana. Tendo uma percepção que os medicamentos fitoterápicos são de grande utilidade para uma alternativa à terapia hormonal, ajudando no tratamento de sintomas da menopausa prematura.

O Licorice Root (*Glycyrrhiza Glabra*), também conhecido como alcaçuz é utilizado em mulheres com sintomas de tensão pré-mestrual (TPM), diminuindo o inchaço causado pela retenção, a vontade de consumir doces, depressão e dores na mama, isso devido a sua propriedade antiestrogênica, que equilibra os níveis desse hormônio (Rena, 2019).

Segundo Kim et al. (2020), no estudo foi desenvolvido um alcaçuz (*Licorice*) melhorado por biotransformação usando *Monascus albidulus*, ele fermentado continha altos níveis de liquiritigenina e monacolina k evidenciando uma alta atividade de ligação seletiva para ERB (Receptor de Estrogênio Beta). Dessa maneira o alcaçuz fermentado de *Monascus* é um ótimo material para prevenção e tratamento da síndrome da menopausa com ou sem efeitos colaterais mínimos. Pois a procura por medicamentos para a menopausa está aumentando, referente ao aumento de interesse pela saúde da mulher.

Quando analisamos a posologia prescrita constatamos que a maioria das prescrições foi conforme orientação médica (55,44%), seguida por 24/24 horas (44, 94%), observada na Tabela 1. A forma farmacêutica que prevaleceu foi a cápsula, tendo uma divergência só com os fitoterápicos Amora que se encontrou com a forma de cápsula mas também de tintura, e a Prímula em cápsulas oleosas. A dosagem variou entre 5 mg a 1g dependendo do fitoterápico. O perfil do sexo e idade dos pacientes do presente estudo prevaleceu em 100% femininos a idade diversificou entre 30 a 55 anos.

**Tabela 1 – Posologia.**

Posologia	Número de prescrições	%
12/12 Horas	7 prescrições	0,62%
24/24 horas	506 prescrições	44,94%
Orientação Médica	613 prescrições	54,44%

Fonte: Dados da pesquisa (2022).

Referente ao perfil da idade dos pacientes do estudo, foi analisados em uma pesquisa de base populacional com 749 mulheres brasileiras mostram que a média das entrevistadas foram com faixas etárias de 45 a 60 anos, dentre dessas 16% estavam na pré-menopausa, 16% na perimenopausa e 68% estavam na pós-menopausa. A maioria delas relacionava o termo "menopausa" a eventos fisiológicos, porém uma parcela significativa delas os vivenciava de maneira negativa. Pois foram muito associadas com ocorrências de alterações físicas, psicológicas e sexuais (Amaral, 2018).

Neste estudo, constatou - se que grande parte dos medicamentos fitoterápicos foram comprados e consumidos sem orientação médica. São observados alguns empecilhos na questão do uso da fitoterapia, pois geralmente são consumidas na forma de pílulas suplementares ou não se tem uma preparação adequada diretamente da erva. O uso do suplemento de ervas por exemplo deve-se verificar as questões de prescrição e qualidade como a segurança, e pureza e isso pode varias de marcas, podendo também ter interações com outros medicamentos prescritos, resultando em uma mudança arriscada no efeito do medicamento (De Franciscis et al., 2019).

Quando as utilizações das plantas medicinais são feitas de forma correta, pode-se constituir como um ótimo meio de eficácia em questão de baixo custo e menor efeito colateral para tratamento dos sintomas do climatério. Diante dos vastos estudos e pesquisas realizadas que retratam o uso das plantas, da existência a uma importante ferramenta para os profissionais e usuários que procuram tratamentos para os sintomas sem a utilização da reposição hormonal. Sendo assim de acordo com a literatura entre as plantas medicinais e fitoterápicos mais utilizados para amenizar os sintomas do climatério estão: Camomila (*Matricaria chamomilla*), a Erva cidreira (*Melissa officinalis*), (*Cimicifuga Actea Racemosa L*), Videira da Punctura (*Tribulus Terrestris*), Prímula (*Oenotherabiennis*), Alfafa (*Medicago sativa*), Valeriana *Officinalis*, Trevo Vermelho (*Trifoliumpratense*), Amora (*Morus Alba L.*) Ginkgo Biloba, isoflavona (Oliveira et al., 2021).

A respeito da classe dos profissionais que realizaram as prescrições, evidenciou-se que as quais se destacaram foram Nutricionista ,Ginecologista e Clínico Geral. No estudo foi se observado a conduta do nutricionista referente a prescrição de fitoterápicos como forma de prevenção ou tratamento de doenças aos pacientes, foram 29 entrevistados, evidenciou que a maioria dos profissionais ,21 deles não possuía especialização para prescrever os fitoterápicos, esclarecendo que muitos dos prescritores acabam prescrevendo sem ter capacitação ou conhecimento específico, pois para ser apto para prescrever é preciso uma especialização na área da fitoterapia (Campos, 2021).

Uma pesquisa do tipo documental/ digital, retrospectiva e descritiva, teve como relevância a verificação do perfil da prescrição de fitoterápicos em uma farmácia de manipulação. Após análise verificou-se que a área profissional que mais apresentaram prescritores foram nutricionistas com (202), seguido por clínico geral (142), ginecologista (36) dentre outros. Verificou- se nos últimos cinco anos uma redução nas vendas dos fitoterápicos (Moraes et al., 2018).

Ao realizar uma análise comparando as associações de medicamentos fitoterápicos mais relevantes e recorrentes durante o período de 1 ano, foram observados: Cimicifuga presentes em 8 prescrições, seguida da Amora em 7 ,Terrestris em 6 e Isoflavonas em 5, conforme mostra na Tabela 2:

**Tabela 2-** Associações mais utilizadas com seus respectivos fitoterápicos para tratamento da menopausa.

<b>FITOTERÁPICOS</b>	<b>ASSOCIAÇÕES</b>
Agnus Castus	Amora / Boro/Cimicífuga / Ginkgo /Trevo/ Testofen /Tribulus
Amora	Cimicífuga / Coenzima Q10/Isoflavonas/ Maca Peruana /Rhodiola/Tribulus
Cimicífuga	Amora/ Agnus / Kawa Kawa /Isoflavonas/ Rhodiola /Trevo/Tribulus
Ginkgo Biloba	Amora/ Cimicífuga/ /Trevo/ Valeriana
Isoflavona	Amora/ Agnus / Boro / Cimicífuga / Ginseng Coreana / Maca Peruana/Trevo/Tribulus
Kawa Kawa	Cimicífuga / Ginseng Coreana / Isoflavonas /Passiflora/ /Valeriana/5HTP
Licorice	Chá verde
Melissa officinalis	Passiflora
Passiflora	Ashwagandha/Camomila/ Cavalinha /Melatonina/ Melissa / Mulungu /Valeriana /5hHTP
Prímula	Não tem associação
Rhodiola Rosea	Amora/ Ashwagandha / Cavalinha /Cimicífuga/Magnésio Treonato
Trevo vermelho	Amora/Agnus/ Cimicífuga/ Ginkgo/ Mucuná/Isoflavonas /Testofen/Tribulus
Tribulus Terrestris	Amora/ Agnus / Ashwagandha /Cimicífuga / Isoflavonas /Maca Peruana
Valeriana	Kawa kawa/Passiflora/Melissa/Melatonina/Mulungu/5-HTP/Zembrin
Yam Mexicano	Maca Peruana/Tribulus
Zembrin	Cavalinha/ Magnésio Treonato/ Melatonina/Passiflora/Vitamina B6/5HTP

Fonte: Dados da pesquisa (2022).

Ao comparar os resultados obtidos com outros estudos, foi observado que o estudo duplo-cego, randomizado, controlado por placebo demonstraram que o grupo de mulheres pós-menopausa que fizeram o uso do extrato seco da Cimicífuga Racemosa de 160mg durante um período de 28 dias obteve modificações no diâmetro da artéria braquial direita, tendo um resultado de contribuição na redução da pressão sistólica e diastólica (Fernandes,2020).

Segundo Shahnazi et al. (2013), um estudo realizado com 84 mulheres na pós-menopausa, utilizavam 6,5 mg de extrato de raiz seca de Cimicífuga Racemosa em um período de 8 semanas, apresentaram um decaimento considerável no número de ondas de calor e os sintomas vasomotores em confronto com o placebo. Evidenciando que a C. Racemosa pode ser de grande utilidade para a medicina alternativa sendo eficaz no alívio dos sintomas vasomotores da menopausa.

A *Morus nigra* L. (MN), também conhecida como amora preta, possuindo suas utilidades para vários fins medicinais. Suas folhas e talos são utilizados como fitoativos pois possuem uma ação anti-inflamatória, adstringente, antioxidante e cicatrizante. Além dessas variadas funções também contém diversos compostos fenólicos, incluindo flavonoides, flavonas, isoflavonas, isoprenilatos, estilbenos, cumarinas, cromonas e xantonas. Essa planta é usada para redução e alívios no tratamento da menopausa, por conter flavonóides que exercem uma boa qualidade de vida e vitalidade para as mulheres, ajudando na melhora da qualidade do sono, atratividades, saúde mental e principalmente na onda de calor (Rodrigues et al., 2021).

Em um estudo randomizados realizado por Costa et al. (2020), foi observado que os sintomas do climatério obtiveram uma melhora relevante no grupo o qual eles denominaram de *Morus Nigra* (MN), em um período de 60 dias foi feita administração de 250 mg de pó de folha de MN com o acompanhamentos dessas mulheres e foi alegado que as mesmas não apresentaram efeitos adverso, alterações renais ou hepáticas após o tratamento, foi notado uma melhora abrangente dos sintomas logo após uma semana do acompanhamento.

Sousa e Lima (2019), através de uma revisão sistemática constatou a capacidade da *Tribulus Terrestris* em possibilitar o aumento dos níveis hormonais como um ótimo mecanismo para alívio dos sintomas da menopausa. Foi observado que a *Tribulus* teve um melhor desempenho em relação a placebo na redução de sintomas somatórios, psicológicos e urogenitais, e também foi notado que as mulheres obtiveram uma melhora significativa em relação a lubrificação vaginal, sensação nos genitais durante o ato sexual, pois houve um aumento na testosterona livre e na biodisponibilidade após o consumo da planta. A *Tribulus* além de ajudar no alívio dos sintomas da menopausa é um ótimo tratamento para disfunção sexual, em relação aos efeitos adversos os estudos selecionados citaram ocorrências de diarreia, nervosismo, tontura, náuseas, rubor facial e náusea.

Um estudo randomizado simples-cego, controlado por placebo, foi comparado o uso da *Tribulus* consumida oralmente 3 g de pó e outro grupo com placebos, ambos 2 vezes ao dia durante 8 semanas as mulheres estavam na perimenopausa. Em



relação ao placebo, o grupo que utilizou a Tribulus foi mais eficaz e mostrou uma redução relevante sobre a gravidade dos sintomas de transição da menopausa, apresentando como uma alternativa segura para terapia de reposição hormonal (Fátima & Sultana, 2017).

As isoflavonas demonstraram uma diminuição de 60,4% no escore médio de ondas de calor no presente estudo, sendo realizado com 189 mulheres pós-menopáusicas, que tiveram como parâmetro avaliado as ondas de calor (Frequência e intensidade), sintomas geniturinários e sintomas climatéricos (GCS), foi um estudo randomizado, único cego, de quatro braços, composto por Placebo, Valerato de Estradiol 0,5mg/dia, Estrogênio Conjugado 0,3 mg/dia e Isoflavonas 60 mg/dia, por um período de 24 semanas. Constatou-se que houve redução dos sintomas climatéricos em todos os grupos ao final do período de teste (Malik et al., 2016).

De acordo com Palácios et al. (2017), este é um estudo prospectivo, randomizado, de dois braços, tendo objetivo de determinar a eficácia e tolerabilidade de ácidos graxos ômega-3 versus isoflavonas de soja na redução da frequência de sintomas vasomotores (VMSs) em mulheres na pós-menopausa. Foi realizado em 8 mulheres, os dois braços foram: dois comprimidos de ômega-3 425mg e dois comprimidos de Isoflavonas de soja 54,4 mg em um período de 16 semanas, concluiu que obteve uma redução significativa da severidade das ondas de calor em ambos os grupos, ao final do período de teste, porém não foi observada diferença significativa na redução do número de ondas de calor em ambos os grupos.

#### 4. Conclusão

Concluiu-se que os principais fitoterápicos prescritos em formulações magistrais foram a Passiflora, Tribulus Terrestres e Rhodiola Rósea. As principais associações identificadas foram a Cimicifuga, Amora, Tribulus Terrestres e Isoflavonas. Os fitoterápicos apresentados são de grande utilidade como terapias complementares ou necessariamente para alívio dos sintomas da menopausa, em comparação com a terapia de reposição hormonal podendo não ser tão potente quanto, mas em relação aos seus efeitos adversos os fitoterápicos são menos agressivos. No entanto, a sua utilização como qualquer outro medicamento deve ser orientada por um profissional para impedir a automedicação e ter uma boa adesão terapêutica, evitando assim os riscos de toxicidades, contraindicações, interações e até mesmo efeitos adversos indesejados. A ANVISA dispõe de informações dos medicamentos fitoterápicos registrados e é de suma importância pois lá conta a sua qualidade e eficiência.

Muitos estudos hoje em dia estão em desenvolvimento sobre a questão da menopausa, para finalidade de explicar as dúvidas frequentes em relação ao risco que se pode ter em relação ao uso prolongado dos fitoterápicos e maneiras erradas de sua utilização, seus benefícios e o que eles podem agregar na vida e principalmente de mulheres na menopausa. Entretanto, sugere a necessidade e mais possibilidades de trabalhos futuros sobre o tema, pois proporciona uma maior diversidade e quantidade de opções para expandir o potencial benéfico que os fitoterápicos podem trazer para a saúde da mulher.

#### Referências

- Amaral, I. C. G. de A. (2018). Conhecimento sobre a menopausa de acordo com mulheres brasileiras de meia-idade: um estudo de base populacional. *Pesquisa.bvsalud.org*, 148–148. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-909416>.
- Campos, G. E. de S. (2021). Conduta dos nutricionistas da Grande Florianópolis referente a prescrição de tratamentos com fitoterápicos aos pacientes. *Animaeducacao.com.br*. <https://repositorio.animaeducacao.com.br/handle/ANIMA/19539>.
- Costa, J. P. L., Brito, H. O., Moreira, L. V. G., Brito, L. G. O., Paiva, L. C., & Brito, L. M. O. (2019). 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*, 148(2), 243–252. <https://doi.org/10.1002/ijgo.13057>.
- De Franciscis, P., Colacurci, N., Riemm, G., Conte, A., Pittana, E., Guida, M., & Schiattarella, A. (2019). A Nutraceutical Approach to Menopausal Complaints. *Medicina*, 55(9), 544. <https://doi.org/10.3390/medicina55090544>.
- Fatima, L., & Sultana, A. (2017). Efficacy of *Tribulus terrestris* L. (fruits) in menopausal transition symptoms: A randomized placebo controlled study. *Advances in Integrative Medicine*, 4(2), 56–65. <https://doi.org/10.1016/j.aimed.2017.04.005>.

- Fernandes, E. S., Celani, M.F.S., Fistarol, M., & Geber, S. (2020). Effectiveness of the short-term use of *Cimicifuga racemosa* in the endothelial function of postmenopausal women: a double-blind, randomized, controlled trial. *Climacteric : the journal of the International Menopause Society*, 23(3), 245–251. <https://doi.org/10.1080/13697137.2019.1682542>.
- Fontelles, M. J., Simões, M. G., Farias, S. H., & Fontelles, R. G. S. (2009). Metodologia da pesquisa científica: diretrizes para a elaboração de um protocolo de pesquisa. *Rev. Para. Med.* <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-588477>.
- Johnson, A., Roberts, L., & Elkins, G. (2019). Complementary and Alternative Medicine for Menopause. *Journal of Evidence Based Integrative Medicine*, 24(24), 2515690X1982938. <https://doi.org/10.1177/2515690x19829380>.
- Kenda, M., Glavač, N. K., Nagy, M., & Dolenc, M. S. (2021). Herbal Products Used in Menopause and for Gynecological Disorders. *Molecules*, 26(24), 7421. <https://doi.org/10.3390/molecules26247421>.
- Kim, M., Lim, H.-S., Lee, H.-H., & Kim, T.-H. (2017). Role Identification of *Passiflora Incarnata* Linnaeus: A Mini Review. *Journal of Menopausal Medicine*, 23(3), 156. <https://doi.org/10.6118/jmm.2017.23.3.156>.
- Kim, K. U., Lee, S.-J., & Lee, I. (2020). Development of an Improved Menopausal Symptom-Alleviating Licorice (*Glycyrrhiza uralensis*) by Biotransformation Using *Monascus albidulus*. *Journal of Microbiology and Biotechnology*, 30(2), 178–186. <https://doi.org/10.4014/jmb.1909.09037>.
- Malik, S., Pannu, D., Prateek, S., Sinha, R., & Gaikwad, H. (2016). Comparison of the symptomatic response in Indian menopausal women with different estrogen preparations for the treatment of menopausal symptoms: a randomized controlled trial. *Archives of Gynecology and Obstetrics*, 293(6), 1325–1333. <https://doi.org/10.1007/s00404-016-4034-9>.
- Minkin, M. J. (2019). Menopause. *Obstetrics and Gynecology Clinics of North America*, 46(3), 501–514. <https://doi.org/10.1016/j.ogc.2019.04.008>.
- Moraes, M. B., Marques, M. S., Soares, É. C. S., & Damascena, R. S. (2018). Perfil da Prescrição de Fitoterápicos em uma Farmácia de Manipulação de Vitória da Conquista-BA entre 2014 a 2018. *ID on Line REVISTA de PSICOLOGIA*, 13(43), 76–86. <https://doi.org/10.14295/online.v13i43.1509>.
- Oliveira, A. C. D. de., Oliveira, K. K. D. de., Souza, L. B. de., & Lins, R. H. P. (2021). Uso de plantas medicinais e fitoterápicos no climatério e menopausa. *Research, Society and Development*, 10(10), e206101018752. <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i10.18752>.
- Palacios, S., Lilue, M., Mejia, A., & Menendez, C. (2017). Omega-3 versus isoflavones in the control of vasomotor symptoms in postmenopausal women. *Gynecological Endocrinology*, 33(12), 951–957. <https://doi.org/10.1080/09513590.2017.1332588>.
- Rena, D. R. (2019). A mulher e a osteoporose. In *Google Books*. Estante de Saúde. [https://www.google.com.br/books/edition/A\\_mulher\\_e\\_a\\_osteoporose/VVa6DwAAQBAJ?hl=pt-BR&gbpv=0](https://www.google.com.br/books/edition/A_mulher_e_a_osteoporose/VVa6DwAAQBAJ?hl=pt-BR&gbpv=0).
- Rodrigues, S. de O., Viera, A. L. da S. M., Barros, N. B. d., & Oliveira, C. A. B. de. (2021). A fitoterapia *Morus Nigra*: como alternativa no tratamento dos sintomas da menopausa / Phytotherapy as an alternative in the treatment of menopause symptoms. *Brazilian Journal of Development*, 7 (4), 38529–38542. <https://doi.org/10.34117/bjdv7n4-354>.
- Silva, E. L., & Menezes, E. M. (2001). *Metodologia da Pesquisa e Elaboração de Dissertação*. UFSC, Florianópolis, (3a. edição). <https://cursos.unipampa.edu.br/cursos/ppgcb/files/2011/03/Metodologia-da-Pesquisa-3a-edicao.pdf>.
- Sousa, A. C. de., & Lima, M. A. (2019). *Tribulus terrestris* Linn as treatment of menopause symptoms: a systematic review. *Revista Fitos*, 13(2), 195–203. <https://doi.org/10.17648/2446-4775.2019.689>.
- Soares, S. de J. (2019). Pesquisa científica: uma abordagem sobre o método qualitativo. *Revista Ciranda*, 3(1), 1–13. <https://www.periodicos.unimontes.br/index.php/ciranda/article/view/314>.
- Souza, B. W. A. de., Barbosa, D. B. P., Rosa, J. G. N., & Eduardo, A. M. de L. e N. (2019). A importância da atenção farmacêutica e farmácia clínica no uso racional de medicamentos fitoterápicos. *Revista De Iniciação Científica E Extensão*, 2(Esp.1), 49. <https://revistasfaca.senaaires.com.br/index.php/iniciacao-cientifica/article/view/225>.
- Šantić, Ž., Pravdić, N., Bevanda, M., & Galić, K. (2017). The historical use of medicinal plants in traditional and scientific medicine. *Psychiatria Danubina*, 29 Suppl 4(Suppl 4), 787–792. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29278625>.
- Shahnazi, M., Nahaee, J., Charandabi, S. M-A., & Bayatipayan, S. (2013). Effect of black cohosh (*cimicifuga racemosa*) on vasomotor symptoms in postmenopausal women: a randomized clinical trial. *Journal of caring sciences*, 2(2), 105–113. <https://doi.org/10.5681/jcs.2013.013>.