

Produtos naturais utilizados no tratamento da menopausa: conhecimento dos vendedores e usuários de uma feira livre no município de Santarém-Pará

Natural products used in the treatment of menopause: knowledge of sellers and users of a street market in the city of Santarém-Pará

Productos naturales utilizados en el tratamiento de la menopausia: conocimiento de vendedoras y usuarias de un mercado callejero en el municipio de Santarém-Pará

Recebido: 15/11/2022 | Revisado: 25/11/2022 | Aceitado: 26/11/2022 | Publicado: 04/12/2022

Nayanne Machado Nunes

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2870-8153>
Centro Universitário da Amazônia, Brasil
E-mail: nunesnay19@gmail.com

Sanzeli Mestre Rissari

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1496-4911>
Centro Universitário da Amazônia, Brasil
E-mail: mestresanzeli@gmail.com

Yasmim Lopes Nascimento

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7209-5745>
Centro Universitário da Amazônia, Brasil
E-mail: yasminlopes2205@gmail.com

Carlena Sinara Martins da Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1543-8334>
Centro Universitário da Amazônia, Brasil
E-mail: karlena_sinara@hotmail.com

Resumo

O uso de produtos naturais são uma alternativa para o tratamento da menopausa. O trabalho teve como objetivo verificar o conhecimento dos vendedores e usuários sobre os produtos naturais, vendidos para o tratamento da menopausa em uma feira livre no município de Santarém-Pará. A pesquisa foi realizada através de entrevistas estruturadas com os vendedores e usuários de produtos naturais. Em relação aos resultados alcançados junto aos vendedores, 67% foram do sexo masculino; com idade entre 41 a 50 anos (67%); ensino médio completo (100%); atuando a 20 anos no local (67%); onde todas as barracas (100%) comercializavam produtos naturais para menopausa, sendo as cápsulas de amora e de isoflavona os produtos mais vendidos; os sintomas mais frequentes relatados pelos vendedores foram a ansiedade, fadiga, dor nos ossos e tontura; no qual 100% dos usuários relatou melhoras. Já nos resultados das usuáries, todas foram do sexo feminino (100%); com idade entre 51 a 60 (28%); ensino médio completo (44%); casadas (46%); apenas 14% das entrevistadas utilizavam produtos naturais para os sintomas da menopausa; os sintomas mais frequentes relatados foram irritabilidade e dor de cabeça, sendo as cápsulas de amora, chá de camomila e erva cidreira os produtos mais usados; não apresentaram colaterais (100%); e afirmaram melhoras nos sintomas (80%). Portanto, a divulgação e a prescrição de produtos naturais por profissionais da saúde para o tratamento da menopausa deve ser estimulada, uma vez que a reposição hormonal convencional é capaz de desencadear riscos aos pacientes.

Palavras-chave: Menopausa; Produtos naturais; Sintomas; Tratamento.

Abstract

The use of natural products are an alternative for the treatment of menopause. The objective of this work was to verify the knowledge of sellers and users about natural products sold for the treatment of menopause in a street market in the municipality of Santarém-Pará. The research was carried out through structured interviews with sellers and users of natural products. Regarding the results achieved with salespeople, 67% were male; aged 41 to 50 years (67%); completed high school (100%); working for 20 years in the area (67%); where all stalls (100%) sold natural products for menopause, with blackberry and isoflavone capsules being the most sold products; the most frequent symptoms reported by sellers were anxiety, fatigue, bone pain and dizziness; in which 100% of users reported improvements. As for the results of the users, all were female (100%); aged 51 to 60 (28%); completed high school (44%); married (46%); only 14% of respondents used natural products for menopausal symptoms; the most frequently reported symptoms were irritability and headache, with blackberry capsules, chamomile tea and lemon balm being the most used products; did not present side effects (100%); and reported improvement in symptoms (80%). Therefore, the

dissemination and prescription of natural products by health professionals for the treatment of menopause should be encouraged, since conventional hormone replacement is capable of triggering risks to patients.

Keywords: Menopause; Natural products; Symptoms; Treatment.

Resumen

El uso de productos naturales son una alternativa para el tratamiento de la menopausia. El objetivo de este trabajo fue verificar el conocimiento de los vendedores y usuarios sobre los productos naturales vendidos para el tratamiento de la menopausia en un mercado callejero en el municipio de Santarém-Pará. La investigación se realizó a través de entrevistas estructuradas a vendedores y usuarios de productos naturales. En cuanto a los resultados alcanzados con los vendedores, el 67% fueron hombres; de 41 a 50 años (67%); secundaria completa (100%); trabajando durante 20 años en el área (67%); donde todos los puestos (100%) vendían productos naturales para la menopausia, siendo la mora y las cápsulas de isoflavonas los productos más vendidos; los síntomas más frecuentes reportados por los vendedores fueron ansiedad, fatiga, dolor de huesos y mareos; en el que el 100% de los usuarios reportaron mejoras. En cuanto a los resultados de los usuarios, todos fueron mujeres (100%); de 51 a 60 años (28%); secundaria completa (44%); casado (46%); solo el 14% de las encuestadas usaba productos naturales para los síntomas de la menopausia; los síntomas más frecuentes fueron irritabilidad y dolor de cabeza, siendo las cápsulas de mora, el té de manzanilla y la melisa los productos más utilizados; no presentó efectos secundarios (100%); y reportaron mejoría en los síntomas (80%). Por tanto, se debe fomentar la difusión y prescripción de productos naturales por parte de los profesionales sanitarios para el tratamiento de la menopausia, ya que el reemplazo hormonal convencional es capaz de desencadenar riesgos para las pacientes.

Palabras clave: Menopausia; Productos naturales; Síntomas; Tratamiento.

1. Introdução

A menopausa é um processo fisiológico da saúde da mulher, onde as mesmas, sofrem diversas alterações tanto psicológicas, como fisiológicas. De acordo com Lay (2018), a menopausa corresponde ao último ciclo menstrual, ou seja, a última menstruação e ocorre, em geral, entre os 40 e 58 anos. Nessa fase, ocorre a diminuição da fertilidade, com ciclos menstruais irregulares, levando a alterações ovarianas, bem como, o surgimento do hipoestrogênismo, ou seja, baixa produção do estrogênio (Antunes et al., 2003).

Segundo a Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia - Regional São Paulo (2017), os sintomas típicos da menopausa mais frequentes são instabilidade vasomotora, distúrbios menstruais, sintomas psicológicos, atrofia geniturinária e, em longo prazo, osteoporose e alterações cardiocirculatórias. Dessa maneira, é importante o acompanhamento dessas mulheres por profissionais da saúde, pela forma pregressa que vivem nesse período, ou seja, devido, as mudanças físicas e psicossociais, que variam de intensidade diferentemente em cada mulher. Esse misto de sinais e sintomas podem marcar fortemente esse estágio na saúde da mulher, bem como, em seu meio social (Beltramini et al., 2010).

A alternativa mais usada para o tratamento da menopausa, é a reposição hormonal, com medicamentos alopáticos que podem auxiliar no alívio dos sintomas, podendo ser através da combinação dos hormônios estrogênio e progesterona, mas também com o uso somente do estrogênio (Maciel et al., 2021). Entretanto, esse tipo de tratamento pode trazer efeitos indesejáveis para saúde da mulher, dessa forma, a busca por terapias complementares é favorecida, como no caso, dos fitoterápicos (Aidelsburger et al., 2012; Franciscis et al., 2019). Logo, quando utilizadas corretamente, as plantas medicinais podem representar uma estratégia eficaz de baixo custo e menor efeito colateral para tratamento dos sintomas da menopausa (Oliveira et al., 2021).

Sendo assim, em virtude do aumento que vem ocorrendo ao longo dos anos por terapias naturais, e pela boa aceitação de produtos naturais pela população do oeste do Pará, tornou-se importante verificar o conhecimento dos vendedores e usuários sobre os produtos naturais vendidos para o tratamento da menopausa em uma feira livre no município de Santarém-Pará, afim de averiguar quais produtos naturais foram utilizados no tratamento da menopausa.

2. Metodologia

O presente estudo trata-se de uma pesquisa descritiva, quantitativa e qualitativa de caráter exploratório (Pereira et al., 2018). A metodologia empregada para a coleta dos dados foi por meio de entrevistas estruturadas (Triviños, 1987; Estela, 2018).

A pesquisa foi realizada com vendedores e usuários de produtos naturais em uma feira livre no Município de Santarém/Pará, nos meses de junho e julho de 2022. Dentre as feiras livres cadastradas pela prefeitura, apenas a feira do Mercado 2000 foi selecionada, devido a facilidade de acesso e pelo fato de não haver nenhum comerciante de plantas medicinais em outras feiras.

As entrevistas foram conduzidas no ambiente de trabalho dos feirantes, com visita “*in loco*”, em 6 barracas. Os usuários de produtos naturais (n=36), foram entrevistados no momento de suas compras nas barracas supracitadas. Para tal, um questionário composto por 12 perguntas fechadas e abertas foi utilizado para os usuários de produtos naturais, e um questionário composto por 9 perguntas fechadas e abertas para os feirantes que comercializavam o produto. O enfoque dos questionários foi verificar o conhecimento dos vendedores e usuários sobre os produtos naturais vendidos para o tratamento da menopausa. Os vendedores e usuários entrevistados assinaram um termo de consentimento “Livre e esclarecido” permitindo a divulgação das informações apresentadas.

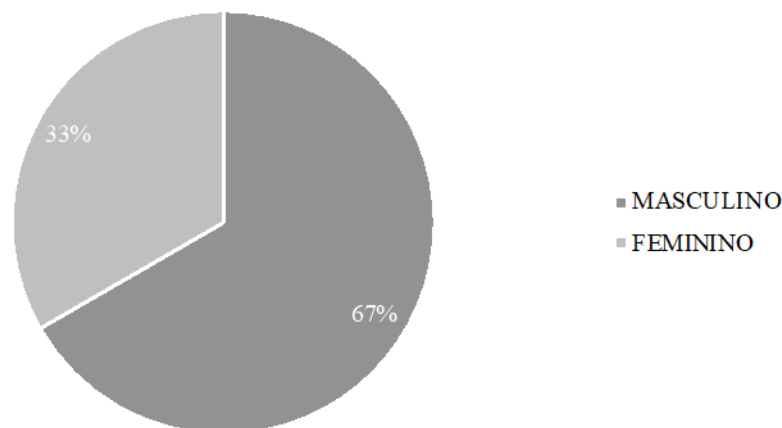
Para a análise dos dados coletados, organizou-se um banco de dados, utilizando o programa Microsoft Office Excel® 2019 para obter a frequência relativa, distribuindo em forma de porcentagens, em tabelas e figuras.

3. Resultados e Discussão

3.1 Entrevista com os vendedores

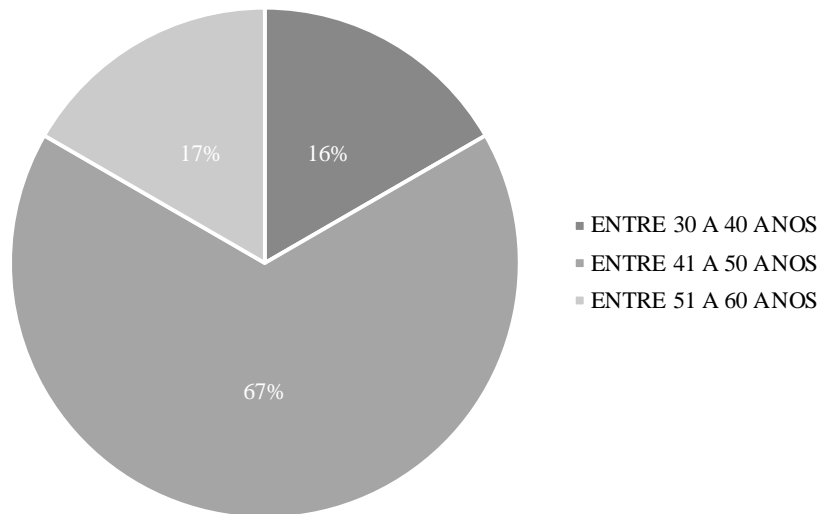
Foram entrevistados 6 vendedores, compreendendo a totalidade de barracas que vendiam produtos naturais. A figura 1 e 2, representa respectivamente o sexo e idade dos vendedores entrevistados. Destes, 67% dos vendedores foram do sexo masculino e 33% do sexo feminino, com idade entre 30 a 40 anos (16%), 41 a 50 anos (67%) e 51 a 60 anos (17%).

Figura 1 - Sexo dos vendedores entrevistados na feira livre de Santarém/Pará.



Fonte: Autores (2022).

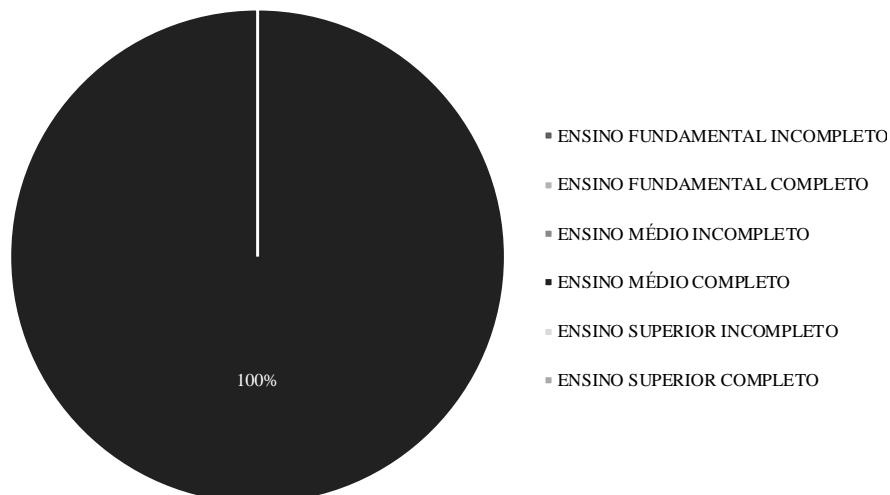
Figura 2 - Idade dos vendedores entrevistados na feira livre de Santarém/Pará.



Fonte: Autores (2022).

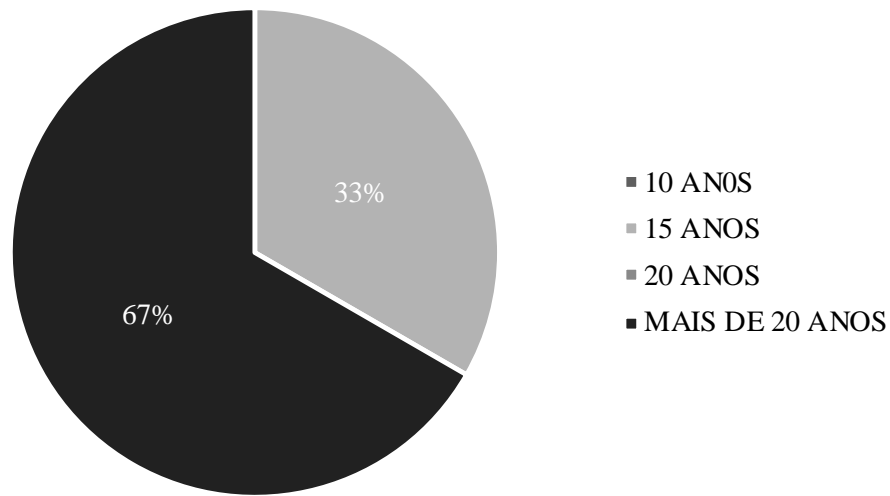
Todos os vendedores (100%), tinham o ensino médio completo (Figura 3). Sobre o tempo de trabalho na feira livre, observa-se na figura 4 que, 33% trabalhavam há 15 anos e 67% estavam há mais de 20 anos atuando no local. Através dos resultados alcançados, é importante ressaltar, que os mesmos deveriam realizar capacitações para que se possa garantir, informações seguras a respeito dos produtos vendidos nas barracas, uma vez que, o grau de instrução pode vim a dificultar o entendimento sobre determinados assuntos, como posologia das medicações fitoterápicas (Oliveira et al., 2021).

Figura 3 – Nível de escolaridade dos vendedores entrevistados na feira livre de Santarém/Pará.



Fonte: Autores (2022).

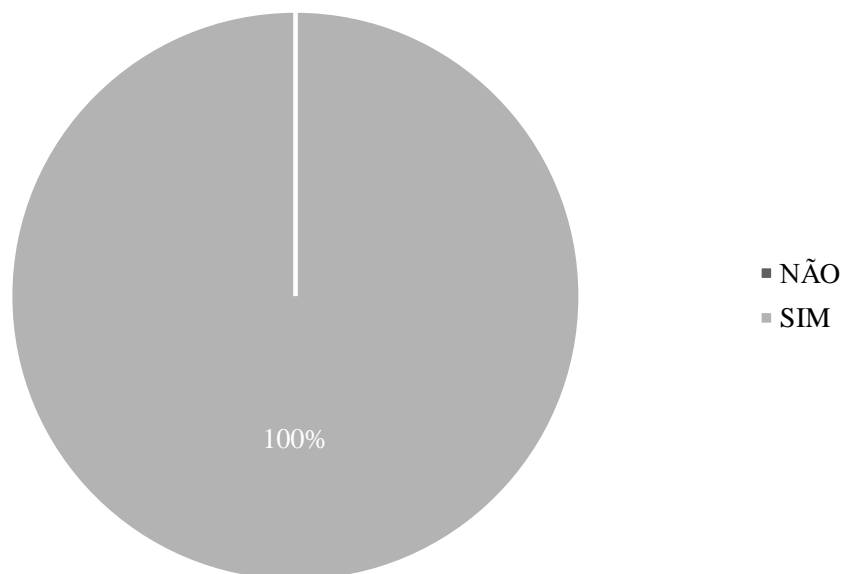
Figura 4 - Quantidade de tempo em anos, dos vendedores entrevistados na feira livre de Santarém/Pará.



Fonte: Autores (2022).

Verificou-se que 100% dos vendedores (Figura 5), comercializavam produtos naturais para tratar as sintomatologias da menopausa. Atualmente, a utilização de produtos naturais encontra-se em expansão devido ao crescente interesse pelas terapias naturais, somado ao fato de seu uso valorizar a cultura e o conhecimento tradicional e o popular (Monteiro, 2015; Enderle et al., 2018). Os produtos naturais mencionados pelos vendedores foram cápsulas de amora e de isoflavona. A *Morus nigra* L., é popularmente conhecida por amora, possui propriedades terapêuticas fito estrogênica (Cavichioli et al., 2020). As cápsulas de amora, são indicadas para irritação durante o período pré-menstrual e no tratamento de algumas alterações e transtornos (Silva et al., 2022). Como tal, as isoflavonas são fitos estrógenos com estrutura molecular semelhante ao hormônio endógeno apresentando atividade análoga à atividade dos hormônios femininos (Monteiro & Esteves, 2001; Carbonel et al., 2018).

Figura 5 - Vendedor entrevistado que comercializava produtos naturais para menopausa na feira livre de Santarém/Pará.



Fonte: Autores (2022).

Os sintomas da menopausa para que os produtos naturais foram indicados por vendedores, estão na Tabela 1. Os produtos naturais foram indicados para os sinais e sintomas: irritabilidade, fadiga, tontura e dor nos ossos (13,8%); ressecamento da pele, mal estar, ganho de peso, insônia e diminuição do desejo sexual (11,1%); ressecamento vaginal, queda de cabelo, dor de cabeça (5,5%) e ondas de calor e ansiedade (2,7%). A fitoterapia pode promover a diminuição dos efeitos negativos da menopausa, além de, prevenir o aparecimento de possíveis patologias clínicas decorrentes da baixa produção dos hormônios femininos, trazendo benefícios que possibilitam melhor qualidade de vida, como também, nas condições psicossociais (Ferreira et al., 2013; Rocha et al., 2018). Dessa forma, os recursos naturais podem ser um aliado importante, para amenizar, ou, tratar os efeitos negativos que a mulher adquire nessa fase da vida, para tal, deve ser acompanhada por um profissional para que esse uso seja seguro e eficaz, uma vez que, as usuárias relataram aos vendedoras que houve melhoras nas sintomatologias da menopausa através do uso de produtos naturais (Aidelsburger et al., 2012; Franciscis et al., 2019).

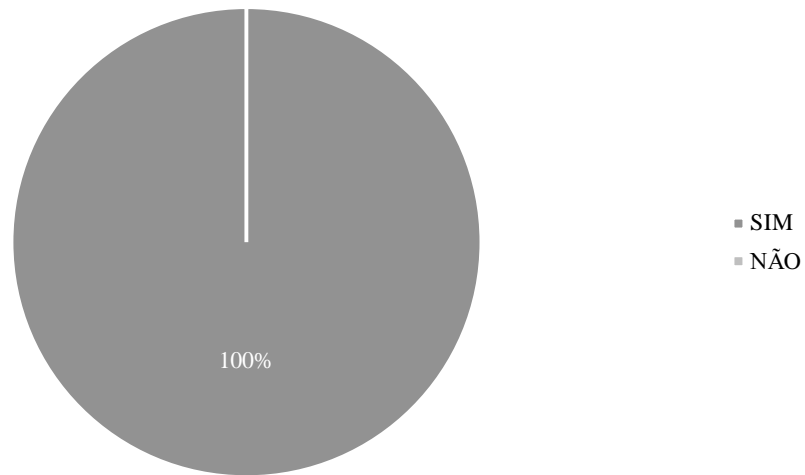
Tabela 1 - Sintomas da menopausa para que os produtos naturais foram indicados por vendedores na feira livre de Santarém/Pará.

Sintomas	Resultado (%)
Ressecamento vaginal	5,5
Diminuição do desejo sexual	11,1
Ondas de calor	2,7
Insônia	11,1
Irritabilidade	13,8
Ansiedade	2,7
Depressão	0
Fadiga	13,8
Dor nos ossos	13,8
Ressecamento da pele	11,1
Dor de cabeça	5,5
Mal estar	11,1
Ganho de peso	11,1
Angústia	0
Queda de cabelo	5,5
Tontura	13,8

Fonte: Autores (2022).

Na figura 6, observa-se que 100 % dos vendedores afirmaram que as mulheres relataram melhoras dos sintomas da menopausa ao fazerem uso dos produtos naturais. Com isso, é possível afirmar que o uso de medicamentos naturais, podem trazer benefícios significativos, além de tornar-se, uma alternativa relevante para esses sintomas. Segundo Oliveira et al., (2021), acredita-se que quando utilizadas corretamente, as plantas medicinais podem representar uma estratégia eficaz de baixo custo e menor efeito colateral para tratamento dos sintomas da menopausa. Vale ressaltar que, os produtos naturais vendidos foram adquiridos de um fornecedor (produção terceirizada) e que a indicação dos mesmos para os usuários é realizada de forma empírica.

Figura 6 - Relatos de melhoras dos dos sintomas das consumidoras de produtos naturais da feira livre de Santarém/Pará, pelos vendedores.

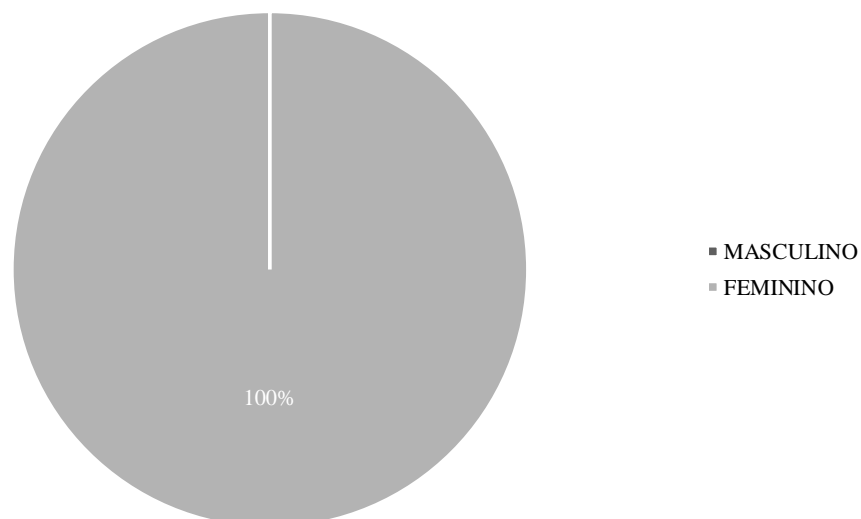


Fonte: Autores (2022).

3.2 Entrevista com as usuárias de produtos naturais

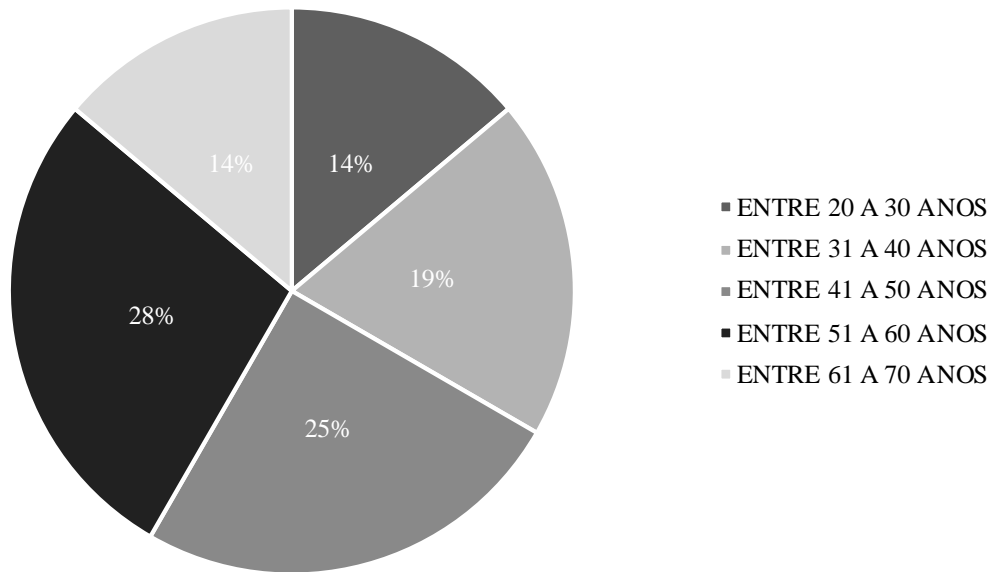
Foram entrevistados 36 pessoas que adquiriam produtos naturais nas barracas da feira livre. A figura 7 e 8, representam respectivamente o sexo e idade dos usuários entrevistados, que consomem produtos naturais para o tratamento da menopausa. Destes, 100% dos entrevistados eram do sexo feminino, com idade entre 20 e 30 anos (20%), 31 a 40 anos (19%), 41 a 50 anos (25%), 51 a 60 anos (28%) e 61 a 70 anos (14%).

Figura 7 - Sexo dos usuários de produtos naturais, entrevistados na feira livre de Santarém/Pará.



Fonte: Autores (2022).

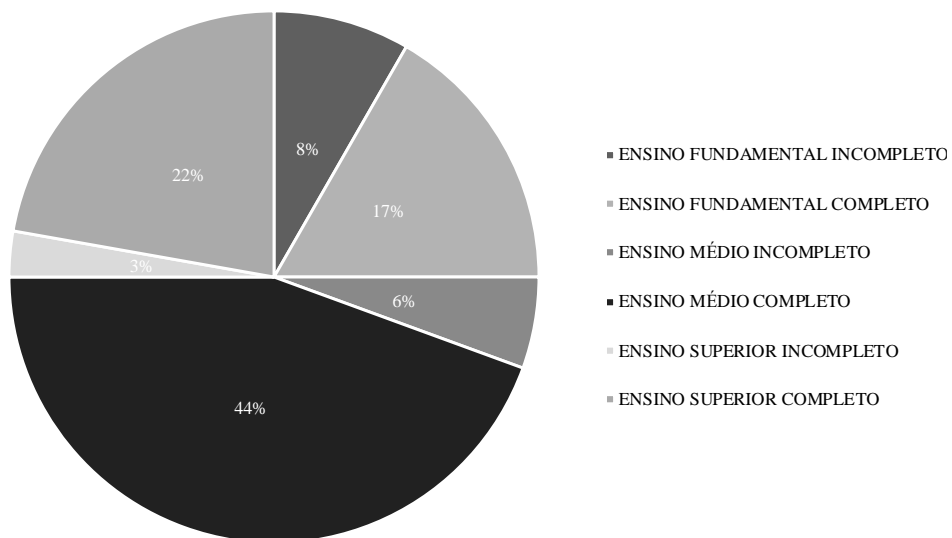
Figura 8 - Idade dos usuários de produtos naturais, entrevistados na feira livre de Santarém/Pará.



Fonte: Autores (2022).

Nota-se na figura 9 que, 44% das entrevistadas tinham o ensino médio completo, 22% ensino superior completo, 17% ensino fundamental completo, 8% ensino fundamental incompleto, 6% ensino médio incompleto e 3% ensino superior incompleto. Resultados que corroboram com Amor et al., (2012) e Fante et al., (2020), na qual as feiras livres desempenham um papel socioeconômico importante, sendo frequentada por diversos níveis socioeducativos, os quais buscam alternativas como, preço baixo ou cultura familiar.

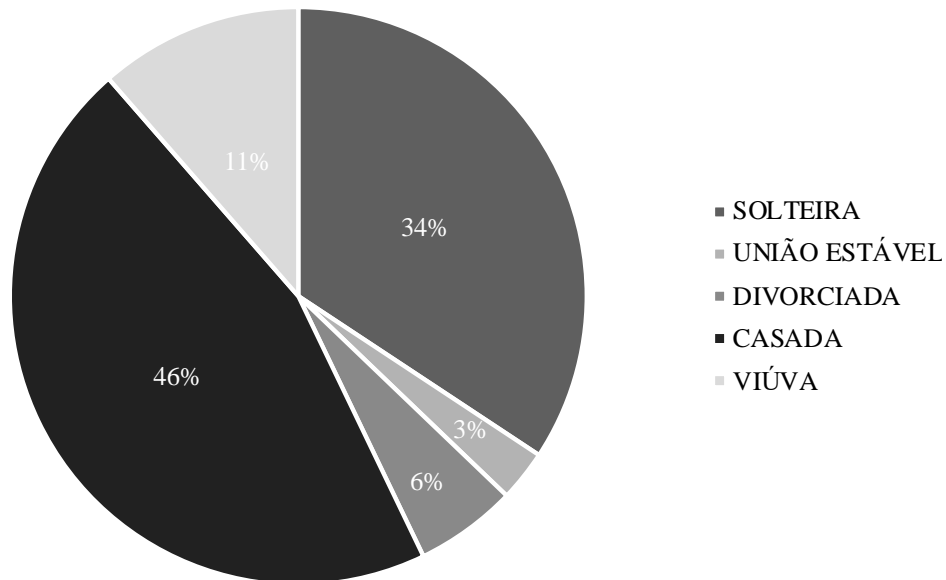
Figura 9 - Nível de escolaridade dos usuários de produtos naturais, entrevistados na feira livre de Santarém/Pará.



Fonte: Autores (2022).

A figura 10 representa o estado civil das entrevistadas, verificou-se que 46% eram casadas, 34% solteiras, 11% viúvas, 6% divorciadas, 3% possuíam união estável.

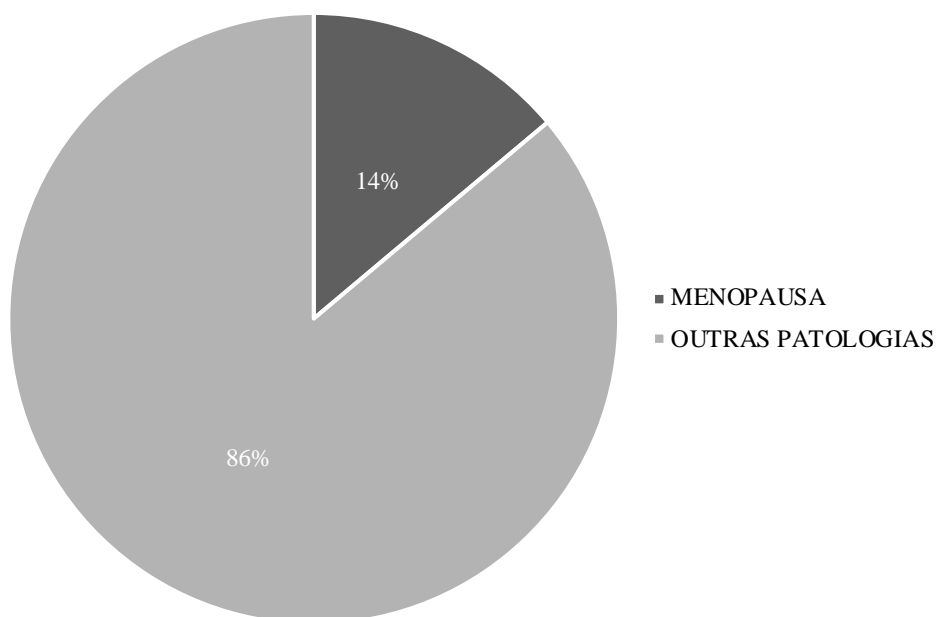
Figura 10 - Estado civil dos usuários de produtos naturais, entrevistados na feira livre de Santarém/Pará.



Fonte: Autores (2022).

Na figura 11, observa-se que 14% do uso de produtos naturais estava relacionado ao tratamento da menopausa, quando comparadas a outras patologias (86%). A baixa procura por alternativas naturais (14%) para o tratamento dos sintomas da menopausa demonstra uma carência de informações sobre os benefícios que as propriedades fito estrogênicas exercem na saúde. O uso de produtos naturais como alternativa primária pode trazer resultados positivos em relação as alternativas alopáticas, principalmente em casos de reposição hormonal (Patrocínio et al., 2022). Quando as entrevistadas foram questionadas, sobre qual produtos naturais faziam uso, as mesmas, citaram, cápsulas de amora, chá de camomila e chá de erva cidreira. O chá de folhas de amora reduz as ondas de calor e outros sintomas da menopausa, tanto em intensidade quanto em frequência (Silva & Santos et al., 2022). De acordo com, Oliveira et al., (2021), os chás de camomila e erva cidreira podem auxiliar nos sintomas de irritabilidade, ter função calmante, cooperando para diminuição os níveis elevados de estresse.

Figura 11 - Motivo da utilização dos produtos naturais pelos usuários entrevistados na feira livre de Santarém/Pará.



Fonte: Autores (2022).

Em relação a apresentação dos sintomas provocados pela menopausa (Tabela 2), a maioria das entrevistadas, relatam irritabilidade e dor de cabeça (100%); ondas de calor, ansiedade, fadiga, dor nos ossos, ressecamento da pele e ganho de peso (80%); ressecamento vaginal, insônia, mal estar, queda de cabelo e tontura (60%); diminuição do desejo sexual e angústia (40%). Os entrevistados afirmaram que a indicação para consumirem recursos naturais para as manifestações causadas pela menopausa, foram de familiares ou pessoa próximas, tornando essa narrativa preocupante, uma vez que, o uso sem orientação pode provocar toxicidade ao organismo da paciente (Da Silva et al., 2021). Essa intoxicação exógena é o resultado da exposição do organismo a substâncias químicas que, dependendo do tipo e tempo da interação, podem ocasionar efeitos adversos no sistema biológico (Timóteo et al.; 2020).

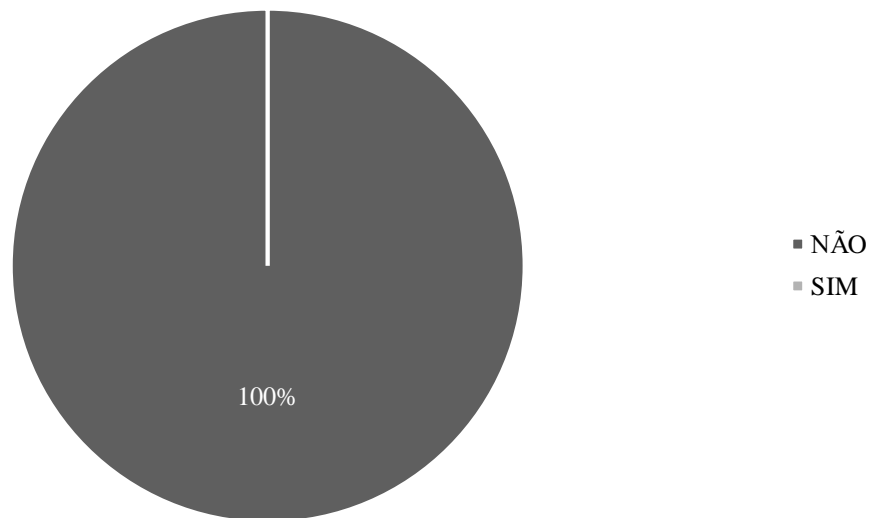
Tabela 2 - Sintomas da menopausa mencionados pelos usuários de produtos naturais na feira livre de Santarém/Pará.

Sintomas	Resultado (%)
Ressecamento vaginal	60
Diminuição do desejo sexual	40
Ondas de calor	80
Insônia	60
Irritabilidade	100
Ansiedade	80
Depressão	0
Fadiga	80
Dor nos ossos	80
Ressecamento da pele	80
Dor de cabeça	100
Mal estar	60
Ganho de peso	80
Angústia	40
Queda de cabelo	60
Tontura	60

Fonte: Autores (2022).

Todos os usuários dos produtos naturais para menopausa (100%), não apresentaram efeitos colaterais ao consumirem produtos naturais (Figura 12), com isso, acredita-se que quando utilizadas corretamente, as plantas medicinais podem representar uma estratégia eficaz de baixo custo e menor efeito colateral para tratamento dos sintomas da menopausa (Oliveira et al., 2021). Vale ressaltar que o acompanhamento fitoterapêutico de um profissional capacitado é essencial para orientação adequada, otimizando o diagnóstico de reações ou efeitos colaterais, e assim, interromper o uso, ou substituir o produto natural quando necessário (Oliveira & Gonçalves, 2021).

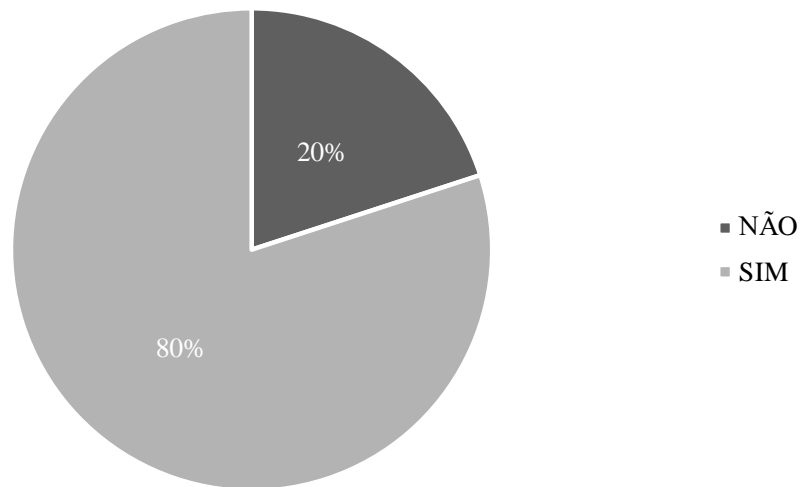
Figura 12 - Presença de efeitos colaterais dos usuários de produtos naturais na feira livre de Santarém/Pará.



Fonte: Autores (2022).

Conforme a figura 13, 80% das mulheres que buscaram por terapia natural, afirmaram melhoras nos sintomas, enquanto 20% não descreveram melhoras. Desse modo, quando administrados corretamente, os recursos naturais podem trazer resultados significativos para saúde da mulher, prevenindo o aparecimento de doenças, contribuindo para diminuição dos riscos de efeitos negativos através de terapias alopáticas (Aidelsburger et al., 2012; Franciscis et al., 2019).

Figura 13 - Observação de melhoras com o uso de produtos naturais para sintomas na menopausa por usuários obtidos na feira livre de Santarém/Pará.



Fonte: Autores (2022).

4. Conclusão

Mesmo com a baixa procura dos produtos naturais para os sintomas da menopausa, pode-se afirmar que os mesmos trazem benefícios para saúde da mulher, podendo auxiliar na diminuição dos efeitos negativos. Portanto, a divulgação e a prescrição de produtos naturais por profissionais da saúde para o tratamento da menopausa deve ser estimulada, uma vez que a reposição hormonal convencional é capaz de desencadear riscos aos pacientes. Contudo, pelas limitações metodológicas, são necessários mais estudos para determinar a associação exata entre a fitoterapia e o controle dos sintomas da menopausa.

Referências

- Aidelsburger, P; Schauer, S; Grabein, K & Wasem, J (2012). Alternative methods for the treatment of post-menopausal troubles. *African Journal Traditional Complementary and Alternative Medicine*, 8, Doc03.
- Amor, A L M; Silva, R M D; Silva, A A M R D; Araujo, W D C; Oliveira, A J D; Aldeida, J S; Silva, A S; Rocha, E V S; Rebouças, L T & Silva, I D M M (2012). Perfil de manipuladores e consumidores de hortaliças provenientes de feiras livres e supermercados. *Revista Baiana de Saúde Pública*, 36(3).
- Antunes, S; Marcelino, O & Aguiar, T (2003). Fisiopatologia Da Menopausa. *Revista Portuguesa de Clínica Geral*, 19, 353-7.
- Beltramini, A C D S; Diez, C A P; Camargo, I O & Preto, V A (2010). Atuação do enfermeiro diante da importância da assistência à saúde da mulher no climatério. *Rev Bras Enferm*, 14 (2) 166-174.
- Carbonel, A A F; Simões, R S; Girão, J H C; Sasso, G R D S; Bertocini, C R A; Sorpreso, I C E; Soares Junior, J M; Simões, M J & Baracat, E C (2018). Isoflavones in gynecology. *Revista da Associação Médica Brasileira*, 64, 560-564.
- Cavichioli, P A F; Silva, T D D A; Souza, A L T D E; Guerra, F D A R; Esteves, A; Rossi Junior, W C.; Garcia, J A D & Soares, E A (2020). Análise do consumo de chá das folhas de amoreira-negra sobre a morfologia e biomecânica óssea em ratas ovariectomizadas. *Research, Society and Development*, 9 (8).
- Da Silva, M G; Furtado, M M; Osório, A T; Da Silva Morais, I C P; Do Amaral, M P M; Coêlho, A G & Arcanjo, D D R (2021). A importância dos ensaios de toxicidade para o desenvolvimento e o registro de fitoterápicos no Brasil. *Research, Society and Development*, 10 (12).
- Enderle, D; Pavan, E; Costeti, G; Hickmann, S; Carvalho, A & Gheller, A (2018). Controle de qualidade do fitoterápico (*Passiflora incarnata* L.). *FACIDER - Revista Científica*, 0(11).
- Estrela, C. (2018). *Metodologia Científica: Ciência, Ensino, Pesquisa*. Editora Artes Médicas.
- Fante, C; Gallina, L S; Confortin, F G & Lutinski, J A (2020). Perfil e preferências dos consumidores de produtos em feiras livres na cidade de Chapecó (SC). *Saúde (Santa Maria)*, 46 (1), 1-15.
- Ferreira, V N; Chinelato, R S D C; Castro, M R & Ferreira, M E C (2013). Menopausa: Marco Biopsicossocial do Envelhecimento Feminino. Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora, Brasil. *Rev Psicologia & Sociedade*, 25(2), 410-419.

Franciscis, P; Colacurci, N; Riemma, G; Conte, A; Pittana, E; Guida, M & Schiattarella, A (2019). A Nutraceutical Approach to Menopausal Complaints. *Medicina*, 55(544), 1-16.

Lay, A A R (2018). Idade da menopausa em mulheres idosas do município de São Paulo: fatores associados e análise de sobrevivência. São Paulo: Faculdade de Saúde Pública -Universidade de São Paulo.

Lima, J V D O; Cavalcante, L C D S; Lima, D C D S; Barbosa, M C N A; Silva, I P; Luz, A L R; Costa, M H D A D a; Nunes, M H; Batista, M D K P; Júnior, J L P & Cavalcante, G L (2020). Risco-benefício da terapia de reposição hormonal em mulheres na menopausa. *Research, Society and Development*, 9 (5).

Lopes, M S & Guedes, S V M (2022). A importância da terapia nutricional para a saúde e qualidade de vida da mulher durante a menopausa. *Research, Society and Development*, 11 (15), 20415-20427.

Maciel, J B L; Sipaúba, A J C; Andrade, T L D C; Barroso, H L M R; Amorim, J F D; Da Silva, K D S M & Souza, A D S (2021). Vivência e concepção da mulher acerca do climatério: Uma revisão bibliográfica. *Research, Society and Development*, 10 (6).

Manzini, E J. Considerações sobre a elaboração de roteiro para entrevista semi-estruturada. In: Marquês, MC; Almeida, MA & Omote, S (2003). *Colóquios sobre pesquisa em Educação Especial*. Londrina:eduel, 11-25.

Monteiro, J R B & Esteves, E A (2001). Efeitos benéficos das isoflavonas de soja em doenças crônicas. *Rev. Nutr.*, Campinas, 14 (1), 43-52.

Monteiro, M H D A (2015). Fitoterapia na odontologia: levantamento dos principais produtos de origem vegetal para saúde bucal. Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização). Instituto de Tecnologia em Fármacos/Farmanguinhos, Fundação Oswaldo Cruz, Rio de Janeiro, Brasil.

Oliveira, A K D D; Oliveira, K K D 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).

Oliveira, J G D e & Gonçalves, K A M (2021). Climatério e menopausa: orientações do farmacêutico e o impacto na saúde da mulher. *Research, Society and Development*, 10 (14).

Patrocínio, D C B; Ribeiro, A B B G; Fernandes, V D G; Alencar, L B B D; Azevedo, J D F D; Sousa, S C A D; Cunha, S M D D; Sousa, A P D & Oliveira Filho, A A (2020). de. Análise epidemiológica dos casos de intoxicações exógenas por plantas medicinais no estado da Paraíba. *Research, Society and Development*, 9 (7).

Pereira A. S. et al. (2018). Metodologia da pesquisa científica. [free e-book]. Santa Maria/RS. Ed. UAB/NTE/UFSM.

Riviños, A N S (1987). Introdução à pesquisa em ciências sociais: a pesquisa qualitativa em educação. São Paulo: Atlas.

Rocha, B M D A; Pereira, M D S V & Carneiro, J Q (2018). Terapias complementares: fitoterapia como opção terapêutica no climatério e menopausa. *Revista De ciências da saúde nova esperança*, 16 (1), 16-25.

Silva, A M D (2015). Metodologia da Pesquisa. Disponível em: https://www.google.com/search?source=hp&ei=AvzqXPvRKLS55OUPsJe18Ak&q=metodologia+da+pesquisa&oq=metodoli&gs_l=psy-

Silva, I M D; Santos, A M P V D; Burg, M R & Morgan Martins, M I (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).

Silva, M D; Silveira, M A & Ernandes, F M (2022). Uso dos fitoterápicos isoflavona e folhas de amora como tratamento no climatério: revisão sistemática. *Concilium*, 22 (6), 107-116.

Souza, L Q R; Maia, L S; Sá, T M; Trindade, Y R C; Silva, L V F; Castro, D L S; Silva, A B; Alves, B F; Tavares, A H S & Oliveira, Filho A A (2020). Analysis of phytotherapeutic drugs marketed in a magistral pharmacy in the sertão paraibano. *Research, Society and Development*, 9(7): 1-12.

Timóteo, M V F; Araujo, F J D R; Sampaio, F A D F; Pereira, T A C; Torres, D D S B; Martins, K C P; Maciel, E N D S; Santos, L C R; Ferreira, D & Costa, R H F (2020). Panorama das intoxicações associadas ao uso de medicamentos registradas no Brasil. *Research, Society and Development*, 9 (4).