



**SABRINA DO CARMO DE ALBUQUERQUE**

**OS EFEITOS DA FISIOTERAPIA E EXERCÍCIO FÍSICO NA SINTOMATOLOGIA  
CLIMATÉRICA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

SANTA MARIA-RS

2021

**SABRINA DO CARMO DE ALBUQUERQUE**

**OS EFEITOS DA FISIOTERAPIA E EXERCÍCIO FÍSICO NA  
SINTOMATOLOGIA CLIMATÉRICA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

Trabalho Final de Graduação (TFG II)  
apresentado ao Curso de Fisioterapia,  
Área de Ciências da Saúde, da  
Universidade Franciscana, como requisito  
parcial para aprovação na disciplina TFG  
II.

Orientadora: Prof<sup>a</sup> Nathaly Marin Hernandez

SANTA MARIA-RS

2021

# OS EFEITOS DA FISIOTERAPIA E EXERCÍCIO FÍSICO NA SINTOMATOLOGIA CLIMATÉRICA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

## *THE EFFECTS OF PHYSIOTHERAPY AND PHYSICAL EXERCISE ON CLIMATE SYMPTOMATOLOGY: NA INTEGRATIVE REVIEW*

Sabrina Albuquerque<sup>1</sup>, Nathaly Marin Hernandez<sup>2</sup>

### RESUMO

**Objetivo:** Verificar o que há de estudos sobre a relação de um programa de exercícios fisioterapêuticos ou atividade física na sintomatologia climatérica. **Materiais e Métodos:** Trata-se de uma revisão integrativa em busca de estudos nos últimos 10 anos indexados nas bases de dados Biblioteca Virtual da Saúde, PubMed e SciELO com os descritores encontrados no DECS \nos idiomas português e inglês. **Resultados:** Foram encontrados 93 artigos, nos quais 5 atenderam os critérios de inclusão. **Conclusão:** O exercício físico regular pode auxiliar na redução dos sintomas físicos e psicológicos em mulheres climatéricas, ainda sugere-se mais estudos relacionados ao tema.

**Palavras-chave:** Fisioterapia, Exercício Físico, Climatério.

### ABSTRACT

**Objective:** To verify what there are studies on the relationship of a physical therapy exercise protocol or physical activity in climacteric symptoms. **Materials and methods:** This is an integrative review in search of studies in the last 10 years indexed in the BVS, PubMed and SciELO databases with the descriptors found in DECS. **Results:** 93 articles were found, of which 5 met the inclusion criteria. **Conclusion:** Regular physical exercise can help reduce physical and psychological symptoms in climacteric women, further studies related to the topic are suggested.

**Keywords:** Physiotherapy, Physical Exercise, Climacteric.

---

1 Graduanda em Fisioterapia, Universidade Franciscana, Santa Maria - RS.

Email: [sabrina\\_carmo@hotmail.com](mailto:sabrina_carmo@hotmail.com)

2 Orientadora. Docente do curso de Fisioterapia, Universidade Francisca, Santa Maria – RS.

Email: [nathaly.hernandez@ufn.edu.br](mailto:nathaly.hernandez@ufn.edu.br)