

# PREVALÊNCIA DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO NO CLIMATÉRIO E SEU IMPACTO NA QUALIDADE DE VIDA

Amanda Gonçalves Benfica<sup>1</sup>; Ranya Souza Pereira<sup>1</sup>; Mariana Ferreira da Silva Pacoal<sup>1</sup>; Yasmim Maia de SouzaTavares<sup>1</sup>; Giullya Porto Duarte Antunes<sup>1</sup>; Ludmilla Gomes de Mello<sup>1</sup>.

1. Universidade Nova Iguaçu (UNIG) – Campus Itaperuna, RJ.

E-mail do autor principal: amandabenf340@gmail.com

**Introdução:** O climatério é a fase de transição entre a vida reprodutiva e não reprodutiva das mulheres, marcada por alterações hormonais, principalmente a redução de estrógeno. Essas mudanças estão associadas a manifestações físicas e psicológicas, destacando-se a ansiedade e a depressão, que podem afetar significativamente a qualidade de vida feminina. **Objetivo:** Investigar a prevalência de ansiedade e depressão em mulheres no climatério e avaliar o impacto desses transtornos na qualidade de vida. **Material e Métodos:** Foi realizada uma revisão bibliográfica baseada em estudos observacionais e prospectivos publicados nos últimos dez anos, incluindo mulheres de 40 a 65 anos. Foram considerados estudos que utilizaram instrumentos validados para avaliação de ansiedade e depressão, como o Inventário de Ansiedade de Beck (BAI) e a Escala de Depressão de Hamilton (HAM-D). A análise incluiu correlação dos sintomas com medidas de qualidade de vida, como o Questionário SF-36. **Resultados:** A prevalência de ansiedade variou de 15% a 40%, enquanto a depressão afetou entre 10% e 30% das mulheres analisadas. Sintomas vasomotores intensos, distúrbios do sono, alterações de autoestima e dificuldades sociais foram significativamente associados à piora da qualidade de vida. Mulheres com sintomas psicológicos mais severos apresentaram comprometimento físico, emocional e social expressivo, refletindo em redução do bem-estar geral. Intervenções farmacológicas e não farmacológicas mostraram-se eficazes na redução dos sintomas e na melhora da qualidade de vida, quando aplicadas de maneira individualizada. **Conclusão:** Ansiedade e depressão são condições comuns no climatério e impactam negativamente múltiplas dimensões da qualidade de vida feminina. A detecção precoce e a abordagem terapêutica adequada são essenciais para minimizar os efeitos negativos desses transtornos. Recomenda-se que estudos futuros investiguem estratégias preventivas, suporte psicológico e intervenções integradas, considerando os aspectos físicos e emocionais do climatério.

**Palavras-chave:** Climatério; Ansiedade; Depressão; Qualidade de vida; Saúde da mulher