



O PAPEL DO ENFERMEIRO NA IDENTIFICAÇÃO PRECOCE E MANEJO DE SINTOMAS DA PRÉ-MENOPAUSA: UM ENFOQUE NA QUALIDADE DE VIDA

JOSÉ EDILSON RIOS QUEIROZ JÚNIOR

Introdução: A pré-menopausa é uma fase do climatério marcada por alterações hormonais que precedem a menopausa, podendo causar sintomas como irregularidade menstrual, alterações de humor, insônia e ondas de calor. Este período impacta significativamente a qualidade de vida da mulher, sendo fundamental o acompanhamento multiprofissional. O enfermeiro desempenha papel essencial na identificação precoce e manejo desses sintomas, promovendo saúde e bem-estar. **Objetivo:** Analisar a atuação do enfermeiro na identificação precoce dos sintomas da pré-menopausa e no manejo voltado à melhoria da qualidade de vida das mulheres durante este período. **Metodologia:** Foi realizada uma revisão bibliográfica exploratória nas bases de dados LILACS, BDENF e SciELO, com artigos publicados entre 2010 e 2023. Os descritores utilizados foram: "pré-menopausa", "enfermagem" e "qualidade de vida". Foram incluídos estudos em português que abordassem a assistência de enfermagem durante a pré-menopausa. Inicialmente, 150 artigos foram encontrados, e após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, 40 artigos foram selecionados para análise. Os critérios de exclusão envolveram estudos que não estavam diretamente relacionados ao papel do enfermeiro, bem como artigos que não abordavam a pré-menopausa ou que estavam fora do período de publicação estipulado. **Resultados:** A atuação do enfermeiro na educação em saúde é fundamental para orientar as mulheres sobre os sintomas da pré-menopausa, opções terapêuticas e estratégias eficazes para aliviar desconfortos. Além de promover o autocuidado, incentivando hábitos saudáveis como alimentação equilibrada, prática de atividades físicas e cessação do tabagismo, o enfermeiro oferece apoio psicológico, realiza encaminhamentos médicos quando necessário e adota uma abordagem individualizada. Esse suporte visa não só a redução dos sintomas, mas também a melhoria da qualidade de vida, promovendo bem-estar integral durante a transição para a menopausa. **Conclusão:** A pré-menopausa é um período desafiador para muitas mulheres, mas a atuação proativa do enfermeiro pode mitigar os impactos dos sintomas, promovendo saúde e bem-estar. Estratégias como educação em saúde, aconselhamento e incentivo ao autocuidado são fundamentais. Há necessidade de maior sensibilização e capacitação dos profissionais para otimizar o atendimento a esta população.

Palavras-chave: Educação em saúde, Pré-menopausa, Enfermagem, Qualidade de vida, Autocuidado.