

## PERCEPÇÃO DAS MULHERES DURANTE O CLIMATÉRIO

Juliana de Mello Miranda<sup>1</sup>

Gabriela Fernandes Silva<sup>2</sup>

Débora Vitória Alexandrina Lisboa Villela<sup>3</sup>

FAPEMIG<sup>4</sup>

Durante o ciclo da vida, as mulheres passam por várias fases: infância; puberdade; adolescência; maturidade; menopausa e velhice. Diversos episódios podem aparecer durante essas mudanças, como o climatério. O climatério é a fase da vida da mulher que compreende o final da vida reprodutora e o início da senilidade, marcado por eventos importantes, como a última menstruação e a menopausa. É um processo de mudanças físicas e emocionais para as mulheres, afetando cada uma delas de modo diferente, refletindo nos seus sentimentos e na sua qualidade de vida, geralmente ocorre entre as idades de 45 a 50 anos, podendo haver variação. Esta fase caracteriza-se pelo esgotamento folicular ovariano que ocorre em todas as mulheres de meia idade, levando a um estado progressivo de hipoestrogenismo que culmina com a interrupção dos ciclos menstruais (menopausa). Considerando uma endocrinopatia, o climatério é definido por alterações funcionais, morfológicas e hormonais, sendo dividida em três fases: a fase pré-menopausal, a fase perimenopausal e a fase pós-menopausal. A menopausa e o climatério são bastante confundidos, a menopausa designa a última menstruação enquanto o climatério faz referência a um período indefinido. Mesmo se tratando de um fenômeno fisiológico, o climatério causa sintomas que perturbam o bem estar das mulheres neste período. Os sintomas mais frequentes são calor ou fogachos, sudorese aumentada, nervosismo, depressão, insônia, pele seca, unhas e cabelos quebradiços, secura vaginal, dispareunia. A população feminina brasileira totaliza mais de 98 milhões e aproximadamente 30 milhões se encontram na faixa etária de 35 a 65 anos. Esses dados revelam que 32% das mulheres do Brasil estão na faixa etária de ocorrência do climatério. Dessa forma deve haver uma necessidade de atenção à saúde da mulher, enfatizando não apenas a saúde sexual e reprodutiva, mas, sobretudo, o desenvolvimento de ações voltadas à saúde não reprodutiva, fazendo-se necessário o despertar para uma melhor assistência a esta fase de maturidade e envelhecimento feminino. O papel do enfermeiro frente a sua equipe de saúde é ajudar minimizar atitudes e crenças negativas que rodeiam o climatério, sendo um instrumento condutor no processo de significação e direcionamento da mulher nessa etapa de vida. No Brasil, a mulher climatérica encontra dificuldades relacionadas ao acolhimento necessário ao atendimento de suas necessidades. A assistência se resume em consultas médicas, solicitações de exames e prescrições medicamentosas causando nas mulheres sentimentos de estado mórbido no climatério. Como membro da equipe de assistência à mulher no climatério, o enfermeiro deve participar do planejamento, execução e avaliação de programas preventivos, orientando, esclarecendo e estimulando as mulheres no aprendizado e

<sup>1</sup> Discente do 7º período do Curso de Enfermagem da Escola de Enfermagem Wenceslau Braz, EEWB, Itajubá, Minas Gerais. **Email:** [jujuba\\_dmm@hotmail.com](mailto:jujuba_dmm@hotmail.com)

<sup>2</sup> Discente do 5º período do Curso de Enfermagem da Escola de Enfermagem Wenceslau Braz, EEWB, Itajubá, Minas Gerais. **Email:** [gaby-fernandes01@hotmail.com](mailto:gaby-fernandes01@hotmail.com)

<sup>3</sup> Orientadora. Mestra em Enfermagem Psiquiátrica pela Universidade de São Paulo, USP. São Paulo. Docente da Escola de Enfermagem Wenceslau Braz, EEWB. Itajubá, Minas Gerais.

**Email:** [juliovilella@ig.com.br](mailto:juliovilella@ig.com.br)

<sup>4</sup> Fonte Financiadora

na manutenção da saúde. Para proporcionar um adequado serviço de saúde para as usuárias, é necessário que todos os funcionários recebam treinamentos para possibilitar conhecimento sobre os serviços prestados, suas finalidades e a importância que a mulher tem para o serviço. Trata-se de uma pesquisa de abordagem qualitativa, exploratória e descritiva, que teve como objetivo identificar os sintomas das mulheres no climatério atendidas no Centro de Atendimento de Enfermagem Irmã Zenaide Nogueira Leite (CAEnf). Os trabalhos realizados nessa unidade são totalmente filantrópicos, contando com a prestação de serviços de um obstetra, dois pediatras, um fisioterapeuta, um massoterapeuta corporal, quatro psicólogas e um clínico geral. Além desses serviços, encontramos nesse centro o grupo de apoio à amamentação (GAMA) e o Núcleo de Atendimento à Mulher (NAM). Os participantes deste estudo foram 10 mulheres com idade entre 45 a 54 anos, que se encontravam no climatério e que frequentavam o CAEnf. Os critérios de inclusão foram mulheres entre 45 a 55 anos, que vivenciam o climatério há pelo menos seis meses e que aceitaram participar da pesquisa assinando o TCLE e os critérios de exclusão foram o oposto dos de inclusão. Neste estudo, foi realizado um pré-teste com três mulheres que frequentavam o CAEnf, que satisfizeram os critérios de inclusão mencionados anteriormente. Elas poderiam ou não fazer parte da amostra, dependendo da necessidade de ajuste ou modificação nos instrumentos que foram utilizados para a coleta de dados. Como não houve necessidade de alteração nos instrumentos utilizados para a coleta de dados, essas participantes fizeram parte da amostra. A coleta de dados foi realizada com uma entrevista semiestruturada, onde os dados foram analisados e interpretados através da metodologia da análise do conteúdo de Bardin. Os dados foram coletados após aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) nº 265.294 da Escola de Enfermagem Wenceslau Braz. Os dados transcritos foram divididos em sete categorias relevantes, sendo elas: Fogachos, Chorosa, Irritada, Depressiva, Insônia, Sentimento de Desconforto e Sentimento Variável. Notou-se uma maior prevalência na categoria fogachos e na categoria chorosa onde as mulheres testemunharam o quanto esses sintomas as afligiam. De acordo com a caracterização dessas mulheres, houve variação entre as idades das participantes do estudo, sendo que a faixa etária variou entre 45 e 54 anos. Em relação ao estado civil, 50% eram casadas; 40%, divorciadas e 10% disse ser "amigada". Ao questioná-las quanto ao número de filhos, 40% das entrevistadas disseram ter um filho; 30% disseram ter dois filhos; 10% disseram ter três filhos; 10% disseram ter quatro filhos e 10% não possuíam filho. Sobre o nível de escolaridade, 80% das mulheres cursaram o 2º grau completo e 20% delas cursaram o ensino superior. Quanto à profissão, 50% das entrevistadas eram do lar e, por fim, quanto à religião, 90% era católicas e 10%, evangélica. Em função deste estudo, percebeu-se que muitas mulheres desconhecem o climatério e que muitas vezes não recebem o apoio que deveriam ter de seus parceiros ou familiares. O cuidado de enfermagem prestado à mulher frente a essas modificações físicas e emocionais tem uma relevância muito grande, associado a um melhor controle da dor e na minimização do medo e insegurança relativos ao desconhecimento da maior parte dessas modificações. É evidente a necessidade de maior divulgação, orientação, informação e educação adequada durante esta fase, para que as alterações desagradáveis de comportamento e mudanças ocorridas no contexto pessoal e até familiar possam ser minimizadas, compreendendo que esta fase faz parte de seu ciclo da vida. Portanto, a educação em saúde, durante o climatério, se faz necessária, e que profissionais de saúde precisam estar preparados para lidar com tal situação, visando à melhor qualidade

de vida a todas as mulheres. Esperamos com este estudo contribuir para a prática profissional do enfermeiro junto à saúde da mulher no climatério numa expectativa de estímulo ao autocuidado e à promoção da saúde. Observamos a importância e a necessidade de outras pesquisas a serem desenvolvidas nessa temática pela enfermagem, para que práticas educativas e outras medidas de promoção à saúde nesta fase da vida ajudem nos problemas apresentados pelas mulheres.

**Palavras-chave:** Climatério. Saúde da Mulher. Educação em Saúde.

## REFERÊNCIAS

ALMEIDA, L. H. R. B. de.; LUZ, M. H. B. A.; MONTEIRO, C. F. de. S.; Ser Mulher no Climatério: uma análise compreensiva pela enfermagem. **Revista Enfermagem UERJ**, Rio de Janeiro, v. 15, n. 3, p. 370-375, jul./set. 2007.

BERNI, N. I. O. de.; LUZ, M. H.; KOHLRAUSCH, S. C. Conhecimento, percepções e assistência à saúde da mulher no climatério. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, DF, v. 60, n. 3, p. 299-306, maio/jun. 2007. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/reben/v60n3/a10.pdf>>. Acesso: 25 out. 2012.

BRASIL. Ministério da Saúde. Aspectos psicossociais da mulher no climatério. **Manual de atenção à mulher no climatério/menopausa**. Brasília, DF, 2008. cap. 3, p. 21-24.

DIAS, B. E. G.; LIMA, E. C. Adaptação no climatério e a ação da enfermeira. **Revista Enfermagem Integrada**, Ipatinga, v.1, n. 1, p. 25-38, nov./dez. 2008. Disponível em: <[http://www.unilestemg.br/enfermagemintegrada/artigo/v1/bruna\\_dias\\_e\\_eneida\\_lima.pdf](http://www.unilestemg.br/enfermagemintegrada/artigo/v1/bruna_dias_e_eneida_lima.pdf)>. Acesso em: 08 out. 2012.

LORENZI, D. R. S. de.; CATAN, L. B.; ÁRTICO, G. R. Assistência a mulher climatérica: novos paradigmas. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, DF, v. 62, n. 2, p. 287-293, mar./abr. 2009. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/reben/v62n2/a19v62n2.pdf>>. Acesso: 25 out. 2012.

PINELLI, F. G. das. S. Promovendo a Saúde. In: BARROS, S. M. O.; MARIN, H. F. da.; ABRÃO, A. C. F. V. **Enfermagem obstétrica e ginecológica**. São Paulo: Roca, 2002. cap. 20, p. 415-428.

RODRIGUES, D. P.; PAGLIUCA, L. M. F.; SILVA, R. M. da. Modelo de Roy na enfermagem obstétrica: análise sob óptica de Meleis<sup>a</sup>. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, Porto Alegre, v. 25, n. 2, p. 165-175, ago. 2004. Disponível em: <<http://seer.ufrgs.br/RevistaGauchadeEnfermagem/article/view/4503/2440>>. Acesso: 25 out. 2012.

SANTOS, L. M.; CAMPOY, M. A. Vivenciando a menopausa no ciclo vital: percepção de mulheres usuárias de uma unidade básica de saúde. **O Mundo da Saúde**, São Paulo, v. 32, n. 4, p. 486-494, 2008. Disponível em: <[http://www.saocamilosp.br/pdf/mundo\\_saude/65/10\\_Vivenciando\\_baixa.pdf](http://www.saocamilosp.br/pdf/mundo_saude/65/10_Vivenciando_baixa.pdf)>. Acesso em: 08 out. 2012.

SANTOS, L. M. et al. Síndrome do climatério e qualidade de vida: uma percepção das mulheres nessa fase da vida. **Revista Atenção Primária à Saúde**, Juiz de Fora, v. 10, n. 1, p. 20-26, jan./jun. 2007. Disponível em: <<http://www.ufjf.br/nates/files/2009/12/Climaterio.pdf>>. Acesso em: 08 out. 2012.

SILVA, E. N. da et al. Climatério na visão de mulheres de uma unidade de saúde da família. **Nursing**, Barueri, v. 14, n. 165, p.79-84, fev. 2012.

TAIROVA, O. S.; LORENZI, D. R. S. de. Influencia do exercício físico na qualidade de vida de mulheres na pós-menopausa: um estudo caso-controle. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro, v. 14, n. 1, p. 135-145, jan./mar. 2011. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbgg/v14n1/a14v14n1.pdf>>. Acesso em: 05 mar. 2014.

ZIEGEL, E. E. ; CRANLEY, M. S. Anatomia e Fisiologia dos Órgãos Reprodutores Femininos. **Enfermagem obstétrica**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1986. cap. 2, p.15-27.