

O CLIMATÉRIO SOB A ÓTICA DE MULHERES USUÁRIAS DE UMA UNIDADE DE SAÚDE DA FAMÍLIA

**SOARES, Daniela Moura Domingues¹, SEDREZ, Elisa da Silva ²,
FUCKS, Ingrid dos Santos ³, COSTA, Ludmila Meireles⁴, LUDTKE, Ivani⁵**
Orientação: Roxana Izabel Cardozo Gonzales

¹Acadêmica do 9º Semestre da Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas.
Membro do NUCCRIN. Membro-Bolsista do Pet- Saúde/UFPEL

Email: danielamdsoares@gmail.com

²Acadêmica do 9º Semestre da Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas.
Membro-Bolsista do Pet- Saúde/UFPEL

Email: elisa.sedrez@gmail.com

³Acadêmica do 9º Semestre da Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas.
Email: guinga-enf@hotmail.com

⁴Acadêmica do 9º Semestre da Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas.
Email: ludmila_mcosta@hotmail.com

⁵Enfermeira. Especialista em Enfermagem cirurgica e Multiprofissional em Saúde da Família.
Email: vmshelin@terra.com.br

Enfermeira. Doutora. Docente da Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas..

Email: roxanacardozoandre@yahoo.com

1 INTRODUÇÃO

Climatério é um período fisiológico na vida das mulheres marcado por diversas transformações em virtude da diminuição progressiva dos níveis de estrogênio, caracterizando assim o final do período reprodutivo. O marco dessa fase é a menopausa no qual a mulher tem o último ciclo menstrual, sendo confirmada somente após doze meses de sua ocorrência.

Com o aumento progressivo da expectativa de vida no Brasil que segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística no estado do Rio Grande de Sul chega a 79 anos para as mulheres, o período do climatério vem se tornado alvo de estudos, já que essas mulheres acabam tendo um terço de suas vidas acima dos 50 anos, ou seja, com carência de estrogênio.

Por ser um período fisiológico, muitas mulheres passam por essa fase sem queixas ou necessidades de medicamentos, enquanto outras acabam apresentando sintomas que variam na sua diversidade e intensidade (BRASIL, 2008).

A intensidade das modificações sofridas pelas mulheres durante o período está relacionada a fatores como: ambiente sócio cultural, as condições em que esta mulher vive e o grau de carência estrogênica que ela apresenta (BERNI; LUZ; KOHLRAUSCH, 2007).

A maioria dos sintomas típicos do climatério são desencadeados pela diminuição de estrogênio no organismo da mulher, estando entre os mais freqüentes as alterações menstruais, instabilidade vasomotora, sintomas psicológicos, distúrbios urogenitais, e a longo prazo, osteoporose e alterações cardiocirculatórias (FEBRASGO, 2004).

Sabe-se que a mulher no climatério pode ter uma vida saudável como em qualquer outra fase de sua vida, mas para isso ela necessita ter acesso a informação, para poder conhecer e compreender o período que está vivenciando.

Nesse sentido, buscamos conhecer a visão das mulheres frente ao climatério, a fim de buscar alternativas para que a vivência desse período seja mais uma experiência de amadurecimento de corpo e mente.

2 METODOLOGIA (MATERIAL E MÉTODOS)

Trata-se de um recorte de uma pesquisa qualitativa intitulada “Mulheres usuárias de uma Unidade de Saúde da Família vivenciando o climatério”. O estudo foi desenvolvido em Unidade de Saúde da Família de uma cidade na região sul do Brasil, nos meses de junho e julho de 2010.

O instrumento utilizado pela pesquisa foi um roteiro de entrevista semi-estruturada, no qual de acordo com Minayo (2004), é um instrumento que orienta uma conversa com finalidade, um facilitador de abertura e aprofundamento da comunicação que contém itens essenciais para delinear o objetivo. O roteiro de entrevista constituiu-se de seis questões norteadoras.

Foram entrevistadas cinco mulheres, usuárias de uma Unidade de Saúde da Família, sendo selecionadas por estarem vivenciando o climatério e por terem realizado o exame citopatológico na unidade no mês anterior a coleta dos dados.

As entrevistas foram realizadas em suas moradias, pois a intenção era chegar o mais próximo possível do contexto onde se produzem os sentimentos, conflitos e projetos de vida e assim ficando de fato mais a vontade para expressar o que pensavam e sentiam em relação as suas vivências durante o período.

Os dados foram gravados, transcritos na íntegra, e agrupados por semelhança. Sendo analisados utilizando a Técnica de Análise de Conteúdo, modalidade temática. Bardim (1979). A análise permitiu identificar uma unidade temática que foi denominada O encontro do Climatério e três núcleos de sentido interligados entre si que foram nomeados respectivamente como: As idéias associados ao climatério; Mudanças visíveis e invisíveis e Reinventando a vida durante o climatério. Para a garantia do anonimato dos sujeitos, as mulheres foram identificadas por nomes fictícios, escolhidos pelas mesmas. Para este estudo foram utilizados dois núcleos de sentido: As idéias associadas ao climatério e As mudanças visíveis e Invisíveis.

O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas segundo os princípios e a resolução do Conselho Nacional de Saúde nº 196/6 com a aprovação de nº 75/2010.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Ao analisar as falas das mulheres entrevistadas percebe-se que a idéia associada ao climatério, está intimamente relacionada a sintomatologia por vezes muito presente durante o período. Nesse sentido fica evidente que a concepção positiva ou negativa que a mulher tem do período pode variar conforme a intensidade dos sintomas vivenciados [...] *não sei se é o período, eu acredito que*

ainda esteja no climatério porque meu ciclo ainda é muito irregular, mas assim, meus sintomas são muito discretos, a principio não tiram minha alegria de viver (Elza), [...] ah, pra mim é o início da menopausa, é a época dos calorões...eu entrei na menopausa com 37 anos[...] aí fiquei louca de calor, podia ser bem no inverno, eu jogava as cobertas tudo no chão, eu me sentia muito mal (Marisa).

Para algumas mulheres fica clara a idéia que o climatério é apenas mais uma fase da vida na qual todas irão vivenciar, porém fica evidente que quanto mais atenta e preparada esta mulher estiver, mais tranqüila torna-se esta fase [...] *eu já sei que esse período é diferente, então eu procuro evitar situações que me deixem muito tensa, por exemplo: eu já sei que da própria natureza eu vou sentir coisas indesejáveis, então eu procuro evitar qualquer coisa que eu tenha que ter horário marcado, qualquer tipo de coisa que eu me sinta pressionada [...]* (Elza).

As mudanças e os desconfortos característicos do período do climatério são facilmente reconhecidos pelas mulheres, portanto elas são capazes de identificar a fase em que elas se encontram [...] *estou naquela fase que tudo irrita a gente, parece que está tudo errado (Marlene), [...] a ausência do ciclo regular, é muito irregular, porque eu fiquei quase um ano sem menstruar, agora veio de novo, segui menstruando (Elza), [...] não tenho muita vontade de ter relação [...] às vezes tu tem que fingir que não está doendo nada para poder manter tua relação. (Marlene)*

Ainda que de modos e intensidades diferentes, as alterações no climatério sejam elas físicas, psíquicas ou sociais acabam afetando a vida das mulheres, repercutindo nos seus sentimentos, no modo de lidar com os conflitos, nos projetos de vida, na convivência familiar e por sua vez na qualidade de vida (PEREIRA; SILVA; SIQUEIRA, 2008).

O climatério é uma fase na vida das mulheres na qual nota-se uma diversidade muito grande quanto a sua vivência. A nova etapa, para algumas mulheres, pode chegar de “mansinho”, mas dificilmente passa despercebida; porém, para outras ela chega como um “vendaval”, modificando a mulher e o meio onde vive.

Nesse sentido, fica evidente a importância das mulheres conhecerem as faces do climatério, pois só assim poderão buscar cuidados para vivenciá-lo da melhor forma possível.

4 CONCLUSÕES

O desenvolvimento deste trabalho permitiu conhecer a forma como as mulheres estavam vivenciando este período, compreendendo assim que muitos aspectos contribuem para que a fase seja vivenciada de maneira conflituosa ou não.

Acreditamos que os profissionais de saúde precisam estar preparados para oferecer suporte a essas mulheres. Nesse sentido, tornam-se cada vez mais importantes estudos que busquem alternativas para trabalhar o assunto, já que o número de mulheres que procuram o serviço de saúde referindo os desconfortos relacionados a esta fase são cada vez mais comuns.

Considera-se importante destacar que o processo de viver o climatério é complexo e que merece ser abordado como um problema de saúde coletiva, para tanto as políticas de saúde devem incluir ações interdisciplinares, visando uma melhor qualidade de vida as mulheres nesta fase da vida.

5 REFERÊNCIAS

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. Trad. Luis Antero Reto e Augusto Pinheiro Lisboa. Lisboa: Edições 70, 1979.

BERNI, N.I.de O., LUZ, M. H., KOHLRAUSCH, S.C. Conhecimento, percepções e assistência à saúde da mulher no climatério. **Rev. Bras. Enferm**, Brasília, mai-jun; 60 (3):299-306, 2007.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Manual de Atenção à mulher no Climatério e na Menopausa**. Brasília (DF); 2008.c

FEBRASGO. **Climatério**: manual de orientação. São Paulo (SP): Ponto; 2004.

MINAYO, M.C.S. **O desafio do conhecimento**: pesquisa qualitativa em saúde. 8.ed. São Paulo-Rio de Janeiro: HUCITEC/ABRASCO, 2004. 269 p.

PEREIRA, Q.L.C.; SILVA, C.B.D.C.A.; SIQUEIRA, H.C.H, Processo de viver de mulheres climatéricas usuárias do SUS. **Rev. Cienc. Cuid. Saúde**. 7(2): 224-231,2008.