

ASPECTOS SOCIODEMOGRAFICOS E INDICE MENOPAUSAL DE MULHERES INTEGRANTES DO PROJETO AMORA´S: ESTUDO DE CASO

Andreza Maria Macau Farias Rocha.¹

Camilla Araújo da Silva²

Juerila Moreira Barreto³

Introdução: Com o aumento da expectativa de vida no Brasil consequentemente mais mulheres estão vivendo o climatério. Nessa fase da vida feminina ocorre alterações fisiológicas, sociais e psicológicas importantes, sendo assim, necessário entender e conhecer o contexto social na qual as mulheres estão inseridas e a intensidade dos sintomas associados a esta etapa do ciclo vital. **Objetivo:** Identificar a presença de sintomatologia climatérica em mulheres integrantes do Projeto de Extensão AMORA´S – Assistência à Saúde da Mulher na Maturidade. **Metodologia:** Estudo descritivo, qualitativo, quantitativo e de caráter transversal. Desenvolvido na Clínica Escola de Fisioterapia da Universidade Federal da Paraíba, pelo Projeto de Extensão AMORA´S (PROBEX) e Iniciação Científica (PIBIC), semestre 2022.1 e 2022.2, submetido ao Comitê de Ética e Pesquisa, registrado sob o nº CAAE: 58367422.1.0000.5188. Foi aplicado um questionário sociodemográfico e o Índice Menopausal de Kupperman e Blatt (IMKB), foi utilizado estatística descritiva. **Resultado:** A amostra contou com 18 mulheres (n = 18), faixa etária entre 42 e 69 anos (Média = 55,35 anos). Etnia: 11 = pardas (61,1%); 03 = branca (16,7%); 01 = indígena (5,5%); 03 = negras. Estado civil: 09 = casadas (50%); 05 = viúvas (27,7%); 04 = divorciadas (22,5%). Religião: 13 = católicas (72,3%); 02 = evangélicas (11,2%); 01 = espírita (5,5%); 01 = “cristã (5,5%). Grau de instrução: 07 = 3º grau (38,8%); 06 = 2º grau (33,3%); 04 = 1º grau (22,3%); 01 (5,5% = não informou. Trabalhando: 14 = Não (77,7%); 04 = Sim (22,2%). Ocupação: 03=Professora (16,7%); 01=Enfermeira (5,6%); 01=Auxiliar Financeiro (5,6%); 02=Cuidadora (11,1%); 01= Aeroviária (5,6%); 02= Vendedora (5,6%); 06= Do lar (33,3%); 03=Aposentada (33,3%). Renda economia: 07=salário mínimo (38,9%); 03 = até 3 SM; (16,6%); 03=mais de 3 até 6 SM (16,6%); 03= mais de 6 até 10 SM; 16,6%, 02= não informaram. Quanto ao IMC, 11 = mulheres acima do peso (61,1%); 03 = obesidade tipo I (16,7%); 02 = não informaram (11,2%). O IMKB evidenciou no geral sintomas moderados = 07 (38,9%); grave = 06 = 33,3%, leves = 05 (27,8 %). **Conclusão:** Foram encontrados sintomas referentes ao climatério em graus variados em 18 mulheres, corroborando com a literatura demonstrando a necessidade de cuidados relacionados à saúde durante essa fase do ciclo vital.

Palavras-Chave: Climatério, Menopausa, Fisioterapia, Saúde da mulher

¹ Acadêmica de Fisioterapia da UFPB. Voluntária no Projeto de Extensão Amora´s, andreza.macau@academico.ufpb.br

² Acadêmica de Fisioterapia UFPB - Bolsista do PIBIC - FAPESQ -Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica e Fundação de Apoio à Pesquisa do Estado da Paraíba. araujocamilla95@gmail.com

³ Fisioterapeuta - Doutora – Orientadora - Departamento de Fisioterapia – UFPB. juerila@gmail.com

INTRODUÇÃO

No processo de envelhecimento, a mulher passa por um período de transformação, polêmico e crítico, o climatério (do grego *Klimaktér*). É o período compreendido entre a fase reprodutiva e a não-reprodutiva da vida da mulher, que ocorre geralmente entre 40 e 65 anos, quando os ovários têm sua produção estrogênica reduzida e insuficiente para garantir a reprodução e a manutenção das características funcionais dos órgãos sexuais femininos. Com o declínio dos níveis de estrógenos, podem ocorrer alterações físicas, hormonais, metabólicas, somáticas, psíquicas e sociais, que se manifestam ou não por sinais e sintomas que caracterizam a síndrome climatérica. O Índice Menopausal de Kupperman e Blatt (IMKB) é utilizado para avaliar a intensidade desses sintomas climatéricos, (Zampieri et. al., 2009; Mustafa; Souza e Sena, 2021).

Nessa apresentação compartilhamos um levantamento dos dados sociodemográficos e do IMKB das participantes do projeto AMORA'S. No qual foram encontrados sintomas referentes ao climatério em graus variados em todas as participantes corroborando com a literatura demonstrando a necessidade de cuidados relacionados à saúde durante essa fase do ciclo vital. O objetivo desta pesquisa é identificar a presença de sintomatologia climatérica em mulheres integrantes do Projeto de Extensão AMORA'S – Assistência à Saúde da Mulher na Maturidade

REFERENCIAL TEÓRICO

A intensidade das modificações presentes no climatério depende do ambiente sociocultural, das condições de vida da mulher e do grau de privação estrogênica. A maioria dos sintomas típicos do climatério provêm da diminuição dos níveis de estrogênio circulantes, sendo os mais frequentes a instabilidade vasomotora, distúrbios menstruais, sintomas psicológicos, atrofia gênito-urinária e, há longo prazo, osteoporose e alterações cardiocirculatórias (Berni; Luz; Kohlrausch, 2007).

O climatério não é uma doença e sim uma fase natural da vida da mulher e muitas passam por ela sem queixas ou insatisfações. Outras têm sintomas que variam na sua diversidade e intensidade. No entanto, em ambos os casos, é fundamental que haja um acompanhamento sistemático visando à promoção da saúde, o diagnóstico precoce, o tratamento imediato dos agravos e a prevenção de danos (Nogueira; Muniz, 2011).

O período do climatério é dividido em duas fases distintas, a perimenopausa, que antecede a menopausa e a pós-menopausa, que é considerada após mais de 12 meses sem ocorrência do fluxo menstrual. No organismo feminino a peri menopausa – período que precede

a menopausa – é marcada por irregularidades no ciclo e variações no fluxo menstrual devido ao declínio na produção de estrogênio. Os principais sinais e sintomas apresentados neste período de transição são fogacho, sudorese noturna, ressecamento da pele, secura vaginal, irritabilidade, alterações do humor, modificação na sexualidade, aumento do risco de patologias cardiovasculares, sintomas vasomotores, osteoporose e distúrbios do sono (Mustafa; Souza e Sena, 2021; Febrasgo,2010).

O IMBK, permite avaliar quantitativamente a ocorrência global de 11 sintomas ou queixas (sintomas vasomotores, insônia, parestesia, nervosismo, melancolia, vertigem, fraqueza, artralgia/mialgia, dor de cabeça, palpitações e zumbido). Para cada sintoma é estabelecido um peso diferente, de acordo com a intensidade e prevalência (ausente=0, leves=1, moderados=2, intensos=3) e multiplicados por um escore específico para cada sintoma. O somatório dos valores de cada sintoma resulta em um índice menopausal, que deve ser classificado de acordo com a intensidade dos sintomas em: leves (≤ 19), moderado (20-35) ou grave (>35)¹⁶ (Probo et al., 2016).

Diante das considerações mencionadas, torna-se prioritário focar na assistência à saúde da mulher no climatério, com ênfase na qualidade de vida levando-se em consideração aspectos sociais, psicológicos, econômicos e culturais, além do enfoque fisiopatológico (Ferreira et. al., 2015).

MÉTODO E MATERIAIS:

Estudo descritivo, qualitativo, quantitativo e de caráter transversal. Desenvolvido na Clínica Escola de Fisioterapia da Universidade Federal da Paraíba, pelo Projeto de Extensão AMORA'S (PROBEX) e Iniciação Científica (PIBIC), semestre 2022.1 e 2022.2, submetido ao Comitê de Ética e Pesquisa, registrado sob o nº CAAE: 58367422.1.0000.5188. Foi aplicado um questionário sociodemográfico e o Índice Menopausal de Kupperman e Blatt, foi utilizado estatística descritiva.

Os dados foram reunidos a partir dos encontros praticados pelo projeto de extensão AMORA'S, que apresentava a seguinte estrutura técnica: a) Composto de 14 sessões; b) Tempo de execução da atividade de 180 minutos; c) Periodicidade de uma vez por semana. Cada sessão foi desenvolvida levando em consideração os pressupostos de *grupos operativos* na perspectiva de Pichon-Rivière (Bastos, 2010) distribuídas da seguinte forma: 1) *Etapa afetiva*, com acolhimento a partir da aplicação de técnicas de dinâmica de grupo; 2) *Etapa cognitiva*, com discussão teórica sobre o tema proposto; 3) *Etapa motora*, trabalhando uma intervenção prática

com exercícios voltados para a coordenação motora, equilíbrio e consciência corporal envolvendo os conteúdos abordados, e na sequência o fechamento do grupo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO:

A amostra contou com 18 mulheres, sendo a faixa etária entre 42 e 69 anos sendo assim a média de idade 55,35 anos. Em relação a etnia 11 eram pardas (61,1%); 03 eram brancas (16,7%); 01 era indígena (5,5%); 03 eram negras. No que se refere ao estado civil 09 estavam casadas (50%); 05 estavam viúvas (27,7%); 04 estavam divorciadas (22,5%). No que diz respeito a religião: 13 eram católicas (72,3%); 02 eram evangélicas (11,2%); 01 era espírita (5,5%); 01 era cristã (5,5%). No tocante ao grau de instrução 04 tinham cursado o 1º grau (22,3%); 06 cursaram 2º grau (33,3%); 07 cursaram 3º grau (38,8%); 01 não informou. Estavam trabalhando 04 (22,2%) e 14 não estavam (77,7%).

Sobre a ocupação haviam 3 Professora (16,7%); 01 Enfermeira (5,6%); 01 Auxiliar Financeiro (5,6%); 02 Cuidadora (11,1%); 01 Aeroviária (5,6%); 02 Vendedora (5,6%); 06 Do lar (33,3%); 03 Aposentada (33,3%). No que está relacionado a renda econômica 07 possuíam salário mínimo (38,9%); 03 possuíam até 3 SM; (16,6%); 03 possuíam mais de 3 até 6 SM (16,6%); 03 possuíam mais de 6 até 10 SM (16,6%), 02 não informaram.

Quanto ao IMC, 11 mulheres estavam acima do peso (61,1%); 03 estavam com obesidade tipo I (16,7%); 02 não informaram (11,2%). O sobrepeso merece atenção visto que traz inúmeros prejuízos à saúde. Com o progredir da idade, portanto, há uma mudança na composição corpórea, assim, ocorre aumento do tecido adiposo, diminui a massa magra e óssea, além de haver uma acomodação relativa do fluido extracelular (Pereira; Lima, 2015).

Quanto à classificação da intensidade dos sintomas climatéricos no IMKB, observou-se que a maioria das mulheres 38,9% (n=07) relatou manifestações **moderadas**, 33,3% (n=06) manifestações **graves** e manifestações **leves** 27,8% (n=05). Outros estudos mostram resultados diferentes como o trabalho de Bezerra; Andrade, Albuquerque, (2021) observou-se que a maioria das mulheres 58,7% (n=47) relatou manifestações leves, 31,3% (n=25) manifestações moderadas e 10% (n=08) manifestações intensas.

Tabela 1. Distribuição das mulheres no climatério, segundo a classificação da intensidade dos sintomas referidos no Índice Menopausal de Kupperman.

CLASSIFICAÇÃO ÍNDICE KUPPERMAN e BLATT	QUANTIDADE	%
Moderadas	7	38,9
Grave	6	33,3
Leve	5	27,8

Segundo estudo de Zampieri et al. (2009) o climatério ainda não é discutido nos espaços de conhecimento como as universidades, nos serviços de saúde, nem tão pouco falado entre as mulheres da família e isso foi refletido em seu estudo quando todas as participantes afirmaram que o climatério aconteceu em suas vidas sem que estivessem preparadas. Esses sintomas interferem diretamente na qualidade de vida das mulheres, sendo assim, é importante o conhecimento sobre esta etapa do ciclo vital para a mulher conseguir passar por essa fase da melhor maneira e destaca que a mulher com conhecimento certamente das mudanças corporais terá mais condições de lançar mão de estratégias que lhe permita um viver mais saudável. (Landerdahl, 2002)

Durante o processo de transição da fase reprodutiva para a não reprodutiva definida pela cessação da menstruação (menopausa), que ocorre em média aos 51 anos, a mulher experimenta níveis hormonais flutuantes (hipoestrogenismo) e o surgimento de sintomas fisiológicos e psicológicos, como ondas de calor, alterações do humor, irritabilidade e labilidade emocional, atrofia urogenital, disfunção do ritmo sono-vigília, fadiga, que compromete o seu desempenho pessoal, profissional e social, impactando a qualidade de vida. (Baker; Zambotti; Colrain; Bei, 2018).

Outro achado importante encontrado no grupo AMORA'S, foi que **11** mulheres (**61,1%** da amostra) apresentavam excesso de peso e **03** (**16,7%**) obesidade tipo I, após calcular o Índice de Massa Corporal (IMC). Os resultados observados quanto a variável sobrepeso torna-se preocupantes à medida que pode estar vinculada ao risco aumentado para o desenvolvimento de morbimortalidades associadas como hipertensão, cardiopatias, diabetes, a própria apneia do sono, entre outras.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O climatério é uma etapa na vida da mulher que deve ser tratada de forma equilibrada e natural haja visto não ser uma doença e os seus sintomas se manifestam de forma particular

entre as mulheres; entre aquelas que relatam desconfortos variando em intensidade e diversidade fazer-se necessário um acompanhamento educativo-terapêutico de forma a garantir a qualidade de vida. Destacamos que entre essas mulheres consta aquelas que são assintomáticas, mas, não devemos negligenciar esse aspecto e sempre que possível fazer um acompanhamento sistemático e periódico, considerando que um diagnóstico precoce pode vir a amenizar e prevenir possíveis danos, promovendo a saúde e bem-estar.

Sendo necessário neste contexto que o profissional de saúde deve estar apto a desempenhar um papel ativo na assistência a essa faixa da população. Os serviços de saúde precisam adotar estratégias que visem a inclusão dessas mulheres em grupo de apoio terapêutico, onde receberão orientações ou ações de promoção, prevenção e ou recuperação, sendo assim a Fisioterapia pode contribuir para a melhoria na qualidade de vida das mulheres neste período existencial tão revelador de novas possibilidades.

AGRADECIMENTOS

A Pró-reitoria de Extensão por meio da Coordenação de Programas de Ação Comunitária – COPAC no Programa de Bolsas de Extensão – PROBEX, Edição 2021.

Pró-Reitoria de Pesquisa Coordenação Geral de Programas Acadêmicos e de Iniciação Científica. Processo Seletivo de Bolsas de Iniciação Científica PROPESQ-CGPAIC-01/2021

REFERENCIAS

BAKER, F. C. et al. Sleep problems during the menopausal transition: prevalence, impact, and management challenges. **Nature and science of sleep**, p. 73-95, 2018.

BASTOS, A. B. Z. B. I. A técnica de grupos-operativos à luz de Pichon-Rivière e Henri Wallon. **Psicólogo informação**. ano 14, n, 14, jan./dez. 2010.

BEZERRA, M. R.; ANDRADE, R. M.; ALBUQUERQUE, P. L. Fisioterapia no Climatério: revisão sistêmica. **Revista Cathedral**. v. 3, n. 4, ano 2021. (ISSN 1808-2289).

BERNI, N. I. DE O., LUZ, M. H., & KOHLRAUSCH, S. C. Conhecimento, percepções e assistência à saúde da mulher no climatério. **Revista Brasileira De Enfermagem**, v. 60, n. 3, 299–306, 2007.

FEBRASGO - Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia. **Manual de orientação Climatério**, 2010. Disponível em: https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/5195884/mod_resource/content/1/Manual_Climaterio.pdf Acesso em: 16 jul.2023.

FERREIRA, I. C. C. et al., Menopausa, sinais e sintomas e seus aspectos psicológicos em mulheres sem uso de reposição hormonal. **Ensaios e Ciência C Biológicas Agrárias e da Saúde**, v. 19, n. 2, 2015.

LANDERDAHL, M. C. Mulher climatérica – uma abordagem necessária ao nível de atenção básica. **Nursing**, n. 47, p.20-25 abril, 2002.

MUSTAFA, M.M.; SOUZA, E.P.P.; SENA, A.B. Menopausa precoce no Brasil: uma revisão bibliográfica integrativa. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 14, e461101422323, 2021

NOGUEIRA, A. G; MUNIZ, Q. L.; Dialogando com mulheres sobre climatério, numa perspectiva Freiriana. **Acta Scientiarum Health Sciences**, v. 26, n. 1, p. 121-128, 2004

PEREIRA, D. C. L; LIMA, ROSA, S. M. R. Prevalência de sobrepeso e obesidade em mulheres após a menopausa. **Arquivos Médicos dos Hospitais e da Faculdade de Ciências Médicas da Santa Casa de São Paulo**, p. 1-6, 2015.

PROBO, A. et al. Níveis dos sintomas climatéricos em mulheres fisicamente ativas e insuficientemente ativas. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 21, n. 3, p. 246-254, 2016.

ZAMPIERI, M. F. M.; TAVARES, C. M. A.; HAMES, M. L. C.; FALCON, G. S.; et al. O processo de viver e ser saudável das mulheres no climatério. **Escola Anna Nery**, v. 13, n. 2, p. 305–312, 2009.