

**EDUCAÇÃO EM SAÚDE COMO INSTRUMENTO PARA TRABALHAR  
CLIMATÉRIO E MENOPAUSA COM IDOSAS DE UM MUNICÍPIO  
PARAIBANO.**

Elisabete Oliveira Colaço<sup>1</sup>  
Joelma Costa de Arruda<sup>2</sup>  
Lorena Gonçalo Rodrigues<sup>3</sup>  
Robervania Cruz dos Santos<sup>4</sup>  
Raila Natasha de Melo Bezerra<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Docente do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande (UFCG)

<sup>2</sup>Enfermeira da Estratégia de Saúde da Família de Lagoa Seca – PB

<sup>3</sup>Discente do curso de Medicina da UFCG

<sup>4</sup>Discente do curso de Enfermagem da UFCG.

**RESUMO**

Durante o processo de envelhecimento ocorrem mudanças físicas, fisiológicas e psicológicas. Quando nos referimos à população idosa feminina, essas alterações têm uma importância significativa, pois elas passam por uma transição denominada climatério. Essa fase é marcada pela diminuição dos níveis hormonais, por consequência há ausência menstrual causando muitas vezes sintomas que prejudicam a qualidade de vida da mulher. A preocupação com a mesma é primordial e a utilização da educação em saúde é uma forte aliada nesse objetivo. Diante das circunstâncias, os acadêmicos participantes do Pró-Saúde/PET-Saúde\* realizaram no dia 15 de abril de 2013 uma ação educativa na Unidade Básica da Estratégia de Saúde da Família São José, no município de Lagoa Seca - PB, com um grupo da terceira idade (18 idosas) que pratica atividade física nas dependências da Unidade de saúde. Tivemos como objetivo inicial identificar o conhecimento das idosas sobre a temática climatério e menopausa e no segundo momento da atividade fizemos uma apresentação

---

\*Programa de Reorientação da Formação Profissional em Saúde (Pró-Saúde)/Programa de Educação pelo Trabalho para a Saúde (PET-Saúde) na linha de ação Rede Cegonha do Centro de Ciências Biológicas da Saúde (CCBS), da Universidade Federal de Campina Grande (UFCG) em parceria com as Secretarias Municipais de Saúde de Campina Grande e de Lagoa Seca – 2012/2013, conforme previsto no Edital nº 24 de 15 de dezembro de 2011 do Ministério da Saúde, por intermédio da Secretaria de Gestão do Trabalho e da Educação na Saúde (SGTES).

expondo a definição, os sintomas ocorridos nessa fase e como uma alimentação adequada pode ajudar nesse período. Durante o primeiro tempo as mulheres relataram não conhecer a nomenclatura climatério e afirmaram terem sentido os calores no pescoço, sudorese, alguns citaram que tinham irritabilidade, alívio por não menstruar e aumento significativo de peso. No decorrer da atividade as dúvidas que surgiram foram devidamente explanadas e as idosas ficaram extremamente agradecidas por obter aquele conhecimento e solicitaram a realização de outros momentos semelhantes. Evidenciou-se desta forma, a necessidade de um olhar criterioso para essas mulheres, uma atenção humanizada, rica em informação e respeitando sua autonomia como indivíduo. Visando esses interesses, a educação em saúde é de extrema importância para os sujeitos participantes desse processo e como futuros profissionais da saúde necessitamos obter prática em dialogar com os usuários do serviço e desenvolver competência em realizar ações educativas, alcançando assim o objetivo de promover saúde.

**PALAVRAS-CHAVE:** Idosas. Educação em Saúde. Menopausa.