

CLIMATÉRIO: EXPECTATIVAS E ANSEIOS DE MULHERES DE UM MUNICÍPIO DE PORTE MÉDIO

Katia Cileny de Brito¹; Clécio André Alves da Silva Maia²; Francisco Arnaldo Nunes de Miranda³

¹Estudante. Curso de Graduação em Enfermagem, Universidade do Estado do Rio Grande do Norte, Campus Caicó/RN. Email: kcbrito1004@gmail.com

²Enfermeiro. Especialista. Docente do curso de Graduação em Enfermagem, Universidade do Estado do Rio Grande do Norte, Campus Caicó/RN. Email: clecioandre@gmail.com

³Enfermeiro. Doutor. Docente do Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Norte/UFRN. Natal-RN, Brasil. Email: farnoldo@gmail.com

RESUMO

O processo de envelhecimento faz parte da vida de todos os seres humanos compreendendo todas as transformações do organismo e da produção da vida. O climatério corresponde à fase biológica da vida e não um processo patológico, que abrange a passagem entre o período reprodutivo e o não reprodutivo da vida da mulher. Estudo descritivo com abordagem qualitativa, realizado na cidade de Caicó – Rio Grande do Norte/BR. Objetivou-se identificar as expectativas e os anseios das mulheres no climatério pertencentes a Estratégia Saúde da Família Ana de Antão. Realizou-se entrevista através de questionário socioeconômico estruturado e perguntas abertas com 56 mulheres, com idade média de 49 anos, baixa escolaridade e união estável. Mediante análise temática de conteúdo obteve-se duas categorias: conhecimento do climatério; e promoção à saúde no climatério. Conclui-se que as mulheres no climatério possuem conhecimentos insuficientes para uma melhor condução de sua vida.

Palavras chave: Climatério, Estágios do ciclo de vida, Ansiedade, Menopausa.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento faz parte da vida de todos os seres humanos compreendendo todas as transformações do organismo, sejam eles físicos, psicológicos e sociais afetando também as ações sociais desempenhadas pelo indivíduo.¹

No Brasil a população está envelhecendo aceleradamente onde, o número de idosos cresce em ritmo maior que o número de pessoas que nascem. Os idosos representam um contingente de quase 15 milhões de pessoas com 60 anos ou mais de idade, caracterizando 8% da população brasileira, onde 8,9% desses idosos são mulheres, o que mostra diferença de expectativa de vida entre os sexos.² Como consequência desse aumento na duração de vida, a quantidade de mulheres que passam pela experiência do climatério é muito significativa.³

Destaca-se uma confusão entre os termos climatério e menopausa porque ambos manifestam a falência gradativa da função gonadal feminina, ou seja, redução da fabricação do hormônio estrogênio. Dito de outra forma, o climatério é um período e a menopausa é uma data.⁴⁻⁵

Prosseguindo nos esclarecimentos, de um lado, o climatério corresponde à fase biológica da vida que abrange a passagem entre o período reprodutivo e o não reprodutivo da vida da mulher, portanto não patológico. Do outro, a menopausa caracteriza-se como um evento importante como o último ciclo da menstruação, frequentemente confirmada após 12 meses depois do seu acontecimento, geralmente a idade que ocorre é 50 anos.

No entanto, a cultura brasileira impõe a concepção cheia de preconceitos e tabus, onde a mulher na fase do climatério não tem outras perspectivas que vão além do ciclo reprodutivo, quando de fato acontece apenas o término da fecundidade, que é a menopausa.⁶

Desse modo, o climatério é um período que não pode ser evitado na vida da mulher, que deve ser vivenciado de forma espontânea, e não como uma doença, podendo ser uma fase sem muitas alterações, mas na maioria das vezes vem apresentando uma série de sintomas que acarreta mudanças na rotina, que implica em perdas e ganhos, altos e baixos, como também inovações na autonomia e oportunidades para a mulher.⁷

O climatério, concorda-se, ainda é pouco discutido, o presente estudo torna-se relevante e importante para as mulheres, possibilitando expor suas percepções, o conhecimento do seu corpo frente as necessidades e oportunidades para aprender a lidar com as alterações físicas, emocionais, culturais e sociais.⁸

Desse entendimento, questiona-se: quais as expectativas e anseios das mulheres no climatério pertencentes a Estratégia Saúde da Família Ana de Antão? Objetivou-se: identificar as expectativas e anseios das mulheres no climatério pertencentes a Estratégia Saúde da Família Ana de Antão.

METODOLOGIA

Pesquisa descritiva com abordagem qualitativa, realizado na cidade de Caicó – Rio Grande do Norte/BR localizada na Microrregião do Seridó Ocidental, considerado município de porte médio com aproximadamente 67.709 habitantes distribuídos na zona urbana e na rural.²

A pesquisa ocorreu na Estratégia Saúde da Família (ESF), denominada Ana de Antão, localizada na Avenida Rui Mariz s/n, bairro Boa Passagem, nas duas únicas estratégias - ESF I e II - com aproximadamente 2.460 famílias, 737 idosos, sendo 317 do sexo masculino, 420 do sexo feminino e 342 mulheres na fase do climatério.²

Utilizou-se como critérios de inclusão mulheres na faixa etária entre 40 a 65 anos adscritas a ESF e de exclusão aquelas mulheres com histórico de doença psiquiátrica; em uso de psicofármacos, em tratamento de reposição hormonal uso de qualquer tipo de droga ou uso abusivo de álcool.

Definiu-se a amostra através do processo de amostragem simples aleatória, estratificada, para obtenção do número de pessoas ouvidas utilizou-se como cálculo amostral a fórmula para cálculo do tamanho de amostras aleatórias simples onde obteve-se 56 mulheres no climatério. Ressalta-se que a participação na pesquisa se deu de forma espontânea, após assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE, conforme a resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde e aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade do estado do Rio Grande do Norte – UERN, na data: 10/04/2015 CAAE: 42618015.6.0000.5294.

Realizou-se entrevistas com os participantes da pesquisa, cujo instrumento utilizado constou de um questionário socioeconômico e de cinco perguntas abertas, possibilitando respostas amplas, as quais foram gravadas em áudio MP4 na residência das mulheres.

Analisou-se os dados socioeconômicos obtidos através de análise estatística básica nos dados socioeconômicos e posteriormente as falas com base na análise temática de conteúdo proposta por Bardin.⁹ Realizou-se a análise através de três etapas: pré análise, onde entende-se que neste momento o pesquisador entra em contato com as respostas obtidas objetivando sistematizar sua análise; Exploração do material, neste momento ocorre a formalização das temáticas através da codificação, classificação e agregação do material; e por último o

tratamento dos dados obtidos onde submeteu-se a reflexão e agrupados em duas categorias: conhecimento do climatério; e promoção à saúde no climatério.⁹

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Os resultados obtidos na pesquisa com as 56 mulheres entrevistadas, as quais apresentaram idade média de 49 anos, baixa escolaridade (66%) e casada (77%), com renda até 1 salário mínimo (75%) e do lar (50%). Observou-se quanto a religião maior quantidade de catolicismo (70%) entre as entrevistadas.

Tabela 1: Caracterização socioeconômica das mulheres no climatério sobre expectativas e anseios. Caicó/RN-Brasil. 2015.

VARIÁVEIS	N	%
Faixa Etária		
40 a 45	15	27
46 a 50	18	32
55 a 60	23	41
Escolaridade		
Ensino fundamental incompleto	22	40
Ensino fundamental completo	00	-
Ensino médio incompleto	15	26
Ensino médio completo	18	32
Graduação	01	02
Religião		
Católica	39	70
Evangélica	17	30
Estado Civil		
Solteira (Separada/divorciada/viúva)	13	23
Casada	43	77
Gestações		
2 a 3	16	29
4 a 5	40	71
Profissão		

Do Lar	28	50
Comerciária	13	23
Administradora	01	02
Aposentada	14	25
Renda familiar (salários mínimos)		
Até 1	42	75
De 1 a 3	13	23
Mais de 3	01	02

Constatou-se que a variável idade, apresentou-se como superior a 46 anos (62%), período que possibilita exacerbação dos sintomas do climatério. Fato que dimensiona modificações diversas na qualidade de vida das mulheres. Evidencia-se também que associado às pesquisadas existe baixa escolaridade, onde 66% das entrevistadas não haviam finalizado os estudos de nível fundamental ou médio. Evidenciou-se nos achados que predominantemente das entrevistadas sobreviverem com renda familiar de um salário mínimo (75%), o que pode estar relacionado a baixa escolaridade, onde dificulta a aquisição de conhecimentos e consequentemente a obtenção de empregos com maior remuneração.

Conhecimento do climatério

Como esperado, observou-se a confusão entre os dois termos: climatério e menopausa. Assim, requer relembrar e reforçar a diferença conceitual, em que o climatério diz respeito a fase de transição entre a fase reprodutiva e a não reprodutiva da vida da mulher, estendendo-se até os 65 anos de idade. Enquanto a menopausa caracteriza-se pela ausência de ciclo menstrual depois de passado 12 meses da sua ocorrência.⁶

Entende-se que a confusão existente entre ambos os conceitos reflete uma visão do senso comum, onde se visualiza uma associação com o processo de envelhecimento, este como uma doença e não uma fase do próprio ciclo evolutivo, encontrados nas seguintes falas:

“Esse negócio de climatério eu num sei não, mas menopausa é uma doença que a gente tem quando fica velha, dá uns calor danado” (M9) “Vixe, saber o que é

menopausa eu num sei explicar não, só sei que deixa a gente sem menstruar, e dá uns negócio ruim no corpo". (M26).

Desta aparente dificuldade conceitual entre os termos e melhor esclarecimento para as entrevistas, portanto, como uma forma para realizar o prosseguimento da pesquisa tornou-se necessário esclarecer o significado dos termos menopausa e climatério, as mudanças corporais ocorridas nesta fase, inclusive, por ser ação educativa requerida do profissional enfermeiro.

Após realizar a explicação sobre a diferença dos termos, dos ciclos corporais femininos e das alterações que se observam nos organismos, além dos sinais que se apresentam no decorrer do ciclo vital, facilitou a realização da pesquisa a fim de obter as alterações sensoriais ocorridas no organismo feminino.

Promoção à saúde no climatério

Questionou-se às entrevistadas sobre o sentimento das mesmas na vivência no climatério. Observou-se que a experiência do climatério é entendida como uma fase de adoecimento corporal, onde evidenciou-se esse fato através das falas das entrevistadas quando se mencionou manifestações patológicas como consequência dos surgimentos dos primeiros sintomas da fase como pode-se evidenciar nas falas a seguir:

"Olha quando eu comecei a sentir que tava na menopausa eu não me senti bem, dava uns calor no corpo, começou a cair meus cabelo cada vez mais, até mancha nos braço apareceu" (M42) "Eu não sinto muita coisa boa não sabe, sinto muito calor, tem dias que tomo muito banho e o calor não passa, esse negócio de climatério só veio mesmo para acabar com a gente quando ficamos velhos" (M33)

As alterações fisiológicas vivenciadas nessa fase do ciclo vital promovem a prática em saúde voltada à medicalização e não valorização das queixas subjetivas, onde os principais problemas encontrados remetem-se à falta de desejo sexual, sensação de culpa diante das alterações ocorridas com seu organismo e no relacionamento conjugal.¹⁰

Assim a sintomatologia ocorrida na mulher que vivencia o climatério, mesmo com sintomas de intensidades diferentes, geram consequências que podem afetar o seu bem-estar geral. Essas mudanças podem desencadear grandes repercussões no bem-estar e na autoestima da mulher, tornando-a vulnerável ao aparecimento da síndrome do climatério.¹⁰

“No começo foi muito ruim, brigava quase todo dia dentro de casa, era um inferno, não tinha paciência com nada, agora depois que comecei a hidroginástica melhorei um pouco”. (M08) “Quando eu comecei a sentir os calor no corpo também comecei a sentir dor no sexo, fiquei um bom tempo sem fazer porque não aguentava, meu marido até ficou com raiva de mim”. (M36)

As ondas de calor frequentemente determinam um impacto negativo na qualidade de vida, relacionando-se a alterações do sono com consequente fadiga, irritabilidade, desconforto físico e problemas no trabalho.¹¹

Porém observa-se que através da realização de exames físicos regulares ocorre melhora dos sintomas causados pelo climatério, proporcionando bem-estar pessoal e consequente melhor qualidade de vida, como pode-se observar nas falas a seguir:

“Fiquei sabendo que aqui perto de casa tavam fazendo um grupo de ginástica e fui ver, depois de um tempo tava me sentindo bem melhor”. (M27) “Eu procuro sempre fazer caminhada, o enfermeiro do posto de falou que é bom caminhar, então sempre que posso eu faço, eu gosto, me sinto bem”. (M17)

Estudo realizado pela Universidade de Caxias do Sul com 197 mulheres com idade entre 50 e 65 anos constatou escores significativamente melhores referentes a qualidade de vida entre mulheres que praticavam exercícios físicos regularmente, apontando por uma menor severidade dos sintomas climatéricos.¹²

Quanto a assistência realizada a partir de abordagem multidisciplinar para as mulheres no climatério, apresenta-se como precária, chegando a ser inexistente.

“Quando eu procuro o postinho eu vou para o médico e ele me dá a receita para pegar o remédio, nunca tinha ouvido falar nessa doença não”. (M25) “A enfermeira sempre passa aqui mas nunca tinha falado nada do que fazer na menopausa, só vem pergunta como a gente tá e vai embora”. (M05).

Reconhece-se que cabe aos profissionais que atendem a mulher no climatério devem promover a relativização da assistência, não buscando uma forma única de atendimento à mulher, mostrando sua singularidade, fundada em fatores sociais, econômicos, culturais e educacionais. Dessa forma, o significado do climatério, para a mulher, não ocorre de uma única perspectiva, mas de uma inter-relação de experiências, costumes e mitos sociais e pessoais, relacionando esses fatores através de combinações ligadas à história de vida de cada uma.^{11,13}

Nesse sentido torna-se necessário que vários fatores que permeiam a vida das mulheres possam ser observados quando se presta assistência a elas, e, que as mulheres possam ser assistidas em grupo, pois desta forma, por meio da socialização de saberes e com apoio da

equipe de saúde, tenham a possibilidade de viver o climatério de uma forma mais natural e tranquila.¹⁴

No entanto as práticas assistenciais de enfermagem devem ser repensadas, articuladas com os outros profissionais de saúde, podendo ser implementadas, medidas e estratégias de assistência as mulheres na fase do climatério satisfazendo suas necessidades e encaminhando-as para uma vivência ativa, saudável também nesse período.

CONCLUSÕES

Conclui-se que as mulheres que estão no período do ciclo vital denominado de climatério possuem conhecimentos insuficientes para uma melhor condução de sua vida, ou seja, proporcionar maior qualidade de vida.

As alterações do climatério repercutem sobre a vida das mulheres nesse período em diversos aspectos como: suas relações interpessoais, nos papéis de profissional-mulher-mãe-esposa, desconforto com as mudanças em seu corpo, sua imagem corporal e a relação com o envelhecimento.

Frente as necessidades orgânicas ocasionadas pelo aparecimento do climatério e com o aumento da expectativa de vida torna-se necessário adoção de medidas relativas a qualidade de vida durante essa fase. Assim o acesso a informação com abordagem nas alterações corporais inerentes ao ciclo vital natural.

Percebe-se que o atendimento ambulatorial se direciona a promoção de tratamento curativista aos sintomas apresentados, assim diminuindo os anseios existentes e proporcionando melhor qualidade de vida durante o envelhecimento.

Nesta perspectiva faz-se necessário reformular e programar estratégias incluindo as mulheres em todo seu ciclo de vida, de forma que se sintam responsáveis pelo autocuidado, ao mesmo tempo em que os profissionais se coloquem disponíveis para o trabalho de educação e promoção da saúde.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- 1 Avelar LFS, Oliveira Júnior MNS, Navarro F. Influência do exercício físico na sintomatologia de mulheres climatéricas. Rev bras geriatr gerontol. [Internet]. 2012 Sep [cited 2015 abril 03] ; 15(3): 537-545. Available from: <http://dx.doi.org/10.1590/S1809-98232012000300014>.
- 2 IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Censo Demográfico de 2010. Rio de Janeiro: IBGE, 2010.
- 3 ARAÚJO, I. A. de. et al. Representações sociais da vida sexual de mulheres no climatério atendidas em serviços públicos de saúde. Texto Contexto - Enferm. vol.22, n.1,p.114-22, 2013. Disponível em: http://www.scielo.br/pdf/tce/v22n1/pt_14.pdf. Acesso em 24 de mai. 2014.
- 4 Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Política nacional de atenção integral à saúde da mulher: princípios e diretrizes. Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2011.
- 5 Conceição, JCJ. Ginecologia fundamental. 1 ed. Rio de Janeiro: Atheneu, 2005.
- 6 Vidal CRPM, Miranda KCL, Pinheiro PNC, Rodrigues DP. Mulher climatérica: uma proposta de cuidado clínico de enfermagem baseada em ideias freireanas. Rev. bras. enferm. [Internet]. 2012 Aug [cited 2015 June 11] ; 65(4): 680-684. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672012000400019&lng=en. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S0034-71672012000400019>.
- 7 BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Manual de atenção à mulher no Climatério / Menopausa. Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2008.
- 8 Lui Filho JF, Baccaro LFC, Fernandes T, Conde DM, Costa-Paiva L, Pinto NAM. Epidemiologia da menopausa e dos sintomas climatéricos em mulheres de uma região metropolitana no sudeste do Brasil: inquérito populacional domiciliar. Rev. Bras. Ginecol. Obstet. [Internet]. 2015 Apr [cited 2015 June 11]; 37(4): 152-158. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-72032015000400152&lng=en. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/SO100-720320150005282>.
- 9 Bardin L. Análise de conteúdo. Lisboa: Edições 70; 2011.

10 Alves ERP, Costa AM, Dias MD. Sexual performance and climacteric symptoms in women who perform physical activity. Online braz j nurs [Internet]. 2013 October [Cited 2015 Mar 11]; 12 (0): 581-83. Available from: <http://www.objnursing.uff.br/index.php/nursing/article/view/3888> DOI: <http://dx.doi.org/10.5935/1676-4285.20133888>

11 Miranda JS, Ferreira MLSM, Corrente JE. Qualidade de vida em mulheres no climatério atendidas na Atenção Primária. Rev. bras. enferm. [Internet]. 2014 Oct [cited 2015 June 11]; 67(5):803-809. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672014000500803&lng=en. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167.2014670519>.

12 Tairova OS, De Lorenzi DRS. Influência do exercício físico na qualidade de vida de mulheres na pós-menopausa: um estudo caso-controle. Rev bras geriatr gerontol. [Internet]. 2011. Mar [cited 2015 jun 03] ; 14(1): 135-145. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-98232011000100014&lng=en. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S1809-98232011000100014>.

13 Lanferdini IIZ, Portella MRP. Significado do climatério para a mulher octogenária rural. Estud interdiscipl. Envelhec. [Internet]. 2014. Jan [cited 2015 jun 03]; 19(1): 173-88. Available from: <http://seer.ufrgs.br/index.php/RevEnvelhecer/article/view/20406/31008>

14 Lorenzi DRS, Catan LB, Moreira K, Ártico GR. Assistência à mulher climatérica: novos paradigmas. Rev bras enferm. [Internet]. 2009 Apr [cited 2015 Mar 11] ; 62(2): 287-293. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672009000200019&lng=en. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S0034-71672009000200019>.

15 Salazar-Molina A, Klijn TP, Delgado JB. Sexual satisfaction in couples in the male and female climacteric stage. Cad Saúde Pública [Internet]. 2015 Feb [cited 2015 Apr 15]; 31(2): 311-320. Available from: http://www.scielosp.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2015000200311&lng=en. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/0102-311X00051214>.

16 Ulloque CL, Carriazo JSM, Monterrosa CA, Paternina CA. Climaterio: oleadas de calor y otros síntomas en indígenas Zenúes colombianas. Investig andina [Internet]. 2013 Sep [cited 2015 June 11] ; 15(27): 744-758. Available from: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-81462013000200003&lng=en.



17 Oliveira DM, Jesus MCP, Merighi MAB. Climatério e sexualidade: a compreensão dessa interface por mulheres assistidas em grupo. Texto contexto - enferm. [Internet]. 2008 Sep [cited 2015 June 11]; 17(3):519-526. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-07072008000300013&lng=en. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S0104-07072008000300013>.

