

VIVÊNCIA DA SEXUALIDADE E DO SEXO POR MULHERES CLIMATÉRICAS ATENDIDAS NA ATENÇÃO BÁSICA

Carolina Araújo Barbosa (1)

1 Universidade Federal de Campina Grande; carol_araujo_barbbosa@hotmail.com

RESUMO

Trata-se de um estudo, de abordagem qualitativa e exploratória-descritiva, que objetivou analisar as percepções das mulheres sobre as mudanças ocorridas no climatério e as estratégias de atenção a saúde existentes que as mesmas conhecem. Participaram 24 mulheres com faixa etária entre 35 e 65 anos, usuárias da Unidade Básica Saúde da Família Adalberto César, Campina Grande – PB. Os dados foram coletados por meio de entrevista semi-estruturada, em agosto de 2014, e analisados segundo a análise de conteúdo temática. A pesquisa foi aprovada pelo CEP, CAAE nº 33813314.7.0000.5182. As entrevistadas não vivenciam o sexo e a sexualidade de forma plena, sendo que os fatores que interferem no exercício do sexo não se restringem as alterações fisiológicas ocasionadas pelo climatério. Além disso, a vida sexual destas mulheres são influenciados por padrões culturalmente construídos em torno da identidade feminina. Deste modo, faz-se necessário que a enfermagem desenvolva estratégias, tais como a educação em saúde, que podem envolver os profissionais de saúde, as mulheres e até mesmo seus parceiros no desenvolvimento de uma nova visão sobre o climatério.

Palavras-chave: Climatério, sexualidade, assistência de enfermagem.

INTRODUÇÃO

A vivência da sexualidade pela mulher que se encontra no período do climatério é carregada por muitos preconceitos, mitos e tabus, entre eles, estão os que identificam que a função sexual é apenas para a reprodução. Estes conflitos são mais freqüentes no ocidente do que em outras culturas como a oriental, principalmente devido à desvalorização dos indivíduos mais maduros, incluindo as mulheres após a menopausa¹.

É relevante para o entendimento do climatério a distinção entre atividade sexual e comportamento sexual. A atividade sexual, ou o coito propriamente dito, equivale a um ato realizado instintivamente, um ato biológico, natural e universal, praticado por todos os animais com a finalidade única e exclusiva de perpetuação da espécie. Já o comportamento sexual é universal, é fruto do aprendizado e, desta forma, é estabelecido por questões culturais de cada

(83) 3322.3222

contato@cieh.com.br

www.cieh.com.br

sociedade, não tendo necessariamente a finalidade de perpetuar a espécie. Assim, ressalta-se que os hormônios sexuais estão intimamente relacionados à procriação, mas não são imprescindíveis no comportamento sexual ².

Convém lembrar que, conforme Santos et al ³, o climatério não é isoladamente o responsável pela diminuição de interesse por sexo, tampouco pela diminuição do potencial feminino na relação sexual. O que passa por modificações verdadeiramente é o tipo de resposta sexual, relacionada à fase de excitação, que torna-se mais lenta e menos intensa em detrimento da queda dos níveis de estrogênio, mas nem por isso a satisfação e o prazer são menores.

Deste modo, durante a fase do climatério, a atividade sexual parece mudar e consiste predominantemente de beijos, abraços e toque sexual. Além da mudança na forma de expressão da sexualidade há uma diminuição da frequência da atividade sexual com o envelhecimento, mas a satisfação sexual permanece para a maioria das que continuam sexualmente ativas⁴.

Existem evidências de que fatores psicossociais, incluindo a qualidade do relacionamento interpessoal, suporte social, bem-estar emocional, doenças crônicas e depressão influenciam a função sexual, assim como a ausência de parceiro ou parceiro com problemas de saúde⁴.

Esse processo diverge de mulher para mulher, pois, entre as que vivenciam mais positivamente o climatério, as repercussões na esfera sexual parecem ser menos intensas. Estas perceberiam na redução das obrigações com os filhos e com a carreira profissional, uma oportunidade para o exercício afetivo-sexual. Ainda em relação à esfera sexual, é preciso lembrar que os homens pouco conhecem acerca do climatério e as suas implicações para a saúde da mulher, tendo por vezes dificuldade de compreender o processo por que esta está passando¹.

Segundo Silva e Borges⁵ para exercer a sexualidade, cabe à mulher o conhecimento do próprio corpo antes de interagir com o outro e a sociedade. É importante que a mulher deixe para trás mitos e tabus relacionados à sexualidade feminina sedimentados no inconsciente coletivo.

Este artigo objetivou analisar as percepções das mulheres sobre a vivência da sexualidade e do sexo no período do climatério. Tendo em vista a delimitação do objeto de estudo, a questão norteadora que direcionou este estudo foi: como as mulheres climatéricas estão vivenciando a sexualidade e o sexo nesta nova fase?

MÉTODO

Trata-se de um estudo exploratório-descritivo com abordagem qualitativa. A pesquisa foi desenvolvida na Unidade Básica de Saúde da Família (UBSF) Adalberto César, localizada no bairro do Pedregal, situada na cidade de Campina Grande-PB, no mês de Agosto de 2014. Esta pesquisa tem uma amostra do tipo não probabilística intencional, composta por 24 mulheres na faixa etária entre 35 e 65 anos de idade. Com o intuito de obter informações nas três fases do climatério a amostra foi estratificada por faixa etária, 35 – 44 anos, 45 – 54 anos, 55 a 65 anos de idades, sendo sorteadas oito mulheres em cada faixa etária.

Os critérios de inclusão das sujeitas foram usuárias do SUS, na faixa etária compreendida entre 35 e 65 anos de idade, cadastradas na área adstrita da referida unidade e que aceitem a participar da pesquisa após a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Sendo excluídas as mulheres com deficiência mental e auditiva, as que não residirem nas áreas de abrangência da UBSF, não assinarem o TCLE ou desistirem da pesquisa não respondendo integralmente o questionário, e as que não estiverem na faixa etária estabelecida.

As mulheres foram convidadas a participar do estudo durante visita domiciliar, esta realizada juntamente com o agente comunitário de saúde da microárea. Todas as participantes, após terem conhecido os objetivos do estudo, aceitaram voluntariamente, além de confirmarem seu aceite formal através da assinatura do TCLE. Considerando o anonimato, as mulheres foram identificadas pela letra M, seguida do número sequencial da entrevista.

A técnica de coleta de dados foi por meio da entrevista semiestruturada individual, seguindo um roteiro previamente elaborado e composto por sete perguntas abertas. As entrevistas foram gravadas com o auxílio do gravador de um celular, não havendo limitação de tempo para as respostas.

Esta pesquisa foi realizada atendendo ao disposto na Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde ⁶, que norteia a pesquisa com a participação de seres humanos. Seguindo esses propósitos, o projeto foi submetido a análise pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Hospital Universitário Alcides Carneiro e autorizado para o seu desenvolvimento, conforme CAAE nº 33813314.7.0000.5182, datado de 30 de Julho de 2014.

Os dados produzidos foram submetidos ao referencial teórico da Análise de Conteúdo de Bardin, na modalidade de Análise Temática, visando descobrir o que está implícito em cada conteúdo manifesto verificando hipóteses e partindo do que está escrito, falado, figurativamente desenhado ou simbolicamente explicitado.

Na análise do material empírico foi extraída a seguinte categoria: vivência da sexualidade e do sexo no climatério. Os resultados e a discussão foram submetidos por meio da literatura sobre a temática.

RESULTADOS E DISCURSÕES

Perfil das mulheres

As mulheres participantes deste estudo tinham idade média de 48,3 anos, quanto à cor/raça declarada, predominaram as pardas (19). Com relação ao estado civil declarado, a maioria referiu ser casada (13). Quanto à escolaridade a maior parte das mulheres possui ensino fundamental incompleto (18), sendo o maior nível de escolaridade o ensino fundamental completo (3). A religião predominante foi à católica (15).

Quanto ao perfil obstétrico e ginecológico, temos uma média de 5,5 gestações, com uma média de 4,5 filhos e de um aborto, sendo que o maior número de vezes que abortou foi 4 e o menor 1. A última menstruação variou entre 40 e 54 anos, tendo como média os 46,3 anos de idade, e ocorreu em 10 mulheres entrevistadas. Com relação às mulheres restantes (14), podemos observar que a maioria das mulheres menstruou no último mês (11).

Vivência da sexualidade e do sexo no climatério

Identifica-se nos discursos de algumas mulheres participantes da pesquisa que a diminuição ou a inexistência de atividade sexual é um fato considerado normal devido à idade e ao processo de envelhecimento. Este dado pode ser observado nas falas das mulheres ao serem questionadas como estão vivenciando o sexo depois dos 35 anos de idade. *Quando a gente é mais nova, a gente tem [...] mais aquele desejo mais forte, mas quando vai ficando, passando dos 40 como é o meu caso, não tem mais aquele desejo exagerado, mas eu acho normal (M 08, 48 anos). Sexo eu não tenho mais não. Por que filha [...] perdi o gosto, perdi o encanto, perdi o gosto. (M 15, 65 anos)*

A sexualidade quando associada ao envelhecimento remete a mitos e estereótipos levando as mulheres a condição de pessoas assexuadas, e conseqüentemente representando um tabu ².

Além destes preconceitos, mitos e tabus a mulher climatérica enfrenta conflitos nas relações de gênero. Santos e suas colaboradoras ³ mostram que o modelo de feminilidade e masculinidade culturalmente construídos influencia a vivência da sexualidade. A mulher segundo este modelo é considerada inferior, frágil, passiva, sua vivência da sexualidade restringe-se a satisfazer o parceiro. Já o homem é superior, forte e ativo, sua vivência da sexualidade é direcionada a potência, resistência e invulnerabilidade ³. *[sexo] Raramente [...] ele é mais velho do que eu, eu preciso [de sexo], mas fazer o quê? (M 14, 48 anos). Meu companheiro meu Deus do céu é muito ausente [risos]. O sexo aqui em casa não é muito, é raridade (risos), não tem muito atividade sexual por parte do meu marido ai meu Deus do céu, procura eu uma vez na vida (M 04, 39 anos). [Ele] Não diz nada. Nem um elogio. [...] eu gostava muito, muito, muito mesmo de fazer sexo e agora não ligo não, passo um mês, quinze dias, dois meses, se o marido não procurar eu também não procuro não (M 02, 46 anos).*

Fleury e Abdo ⁷ mostram que as principais influências sobre o comportamento sexual de mulheres climatéricas são os sentimentos e conflitos com o parceiro, o bem-estar subjetivo, assim como a intensidade dos sintomas. Deste modo, o estado estrogênico por se só não é o principal fator desencadeante das mudanças ocorridas na vivência sexual das mulheres, mas este estado juntamente com os processos cognitivos e afetivos acaba impedindo a continuidade da atividade sexual.

A sexualidade humana é de fato um universo que envolve o indivíduo em sua cultura, sociedade, espiritualidade, permeando o corpo físico, seus sentidos e suas percepções. Além

disso, a sexualidade é construída e modificada ao longo da existência do indivíduo, tendo suas particularidades em cada etapa do viver e não está relacionada somente a relação sexual, possuindo um significado mais amplo, envolvendo sentimentos, carícias, palavras, entre outros aspectos³.

Deste modo, percebe-se que a mulher climatérica apresenta muitas necessidades, e uma delas é a intensificação de atenção e compreensão por parte do parceiro, nesta fase repleta de conflitos psicológicos é imprescindível que o parceiro disponibilize mais tempo, que ofereça mais carinho e o amor para o fortalecimento desta relação. A comunicação e o diálogo devem ser desencadeados com maior ênfase, em que elas possam visualizar seus parceiros como sendo um ponto de apoio para enfrentar as dificuldades. Este fato pode ser observado no discurso abaixo da mulher quando relacionamos o companheiro e a vivência do sexo. *O sexo eu [risos] alguma vez no mês, o homem só vive bebo (M 18, 55 anos).*

Além disso, nota-se nos discursos das mulheres que tem autoestima baixa a vivência do sexo de forma negativa, diferentemente das que possuem uma autoestima melhor que estão vivenciando o sexo e a sexualidade com qualidade. Como podemos observar no discurso: *[...] Eu não tenho mais aquele desejo que eu tinha, não tenho mais aquela vontade que eu tinha, aquela coisa assim, não tem mais não. Pra mim foi menos, se eu puder não fazer melhor pra mim (M 10, 35 anos).*

Os fatores que podem interferir na expressão da sexualidade ou no ato sexual transcorrem pelos aspectos individuais, fisiológicos e sociais, e apesar das limitações que podem ocorrer na velhice, à satisfação sexual ainda pode permanecer. As dificuldades na aceitação da sexualidade nessa fase podem advir tanto pela ausência de informação como na conceituação que a sexualidade esteja restrita aos órgãos sexuais, concepção essa que existe na sociedade. Para Araújo et al⁸, as alterações ocorridas na fase do climatério acometem a vida sexual de 60% das mulheres, o que podem influenciar negativamente no interesse e desejo sexual.

Pode-se identificar nos discursos das mulheres do estudo a presença de queixas durante o ato sexual, tais como ressecamento vaginal, sangramento e dispareunia. *Várias vezes desconforto de doer, já falei até com Juliane, ela disse que depende da posição, mas não eu digo geralmente eu só gosto que*

ele fique por cima de mim, ai até que eu sinto prazer [...] (M 02, 46 anos). Tenho dor, sinto desconforto na posição (M 14, 48 anos).

No entanto, estas queixas revelam o desconhecimento por parte das mulheres sobre as fases da resposta sexual, que é dividida em: fase de desejo sexual, fase de excitação, fase de orgasmo e fase de resolução ¹. Havendo qualquer rompimento neste ciclo, incorporando componentes físicos e mentais, resulta em disfunção sexual. *Assim quando eu vou ter relação eu acho assim eu sinto como se meu útero tivesse meio ressecado, ai fica assim, no começo assim fica doendo sabe, só isso (M 08, 48 anos). Tenho, por conta já do cisto ai toda vez sangra. Ai também tem isso, que eu não me sinto a vontade, por que sangra ai ele fica pergunta porque [...] eu tenho medo, digo que é porque to perto de menstruar [...]. (M 10, 35 anos)*

A vida sexual nesta fase, assim como em todas as outras, precisa ser entendida, em um contexto mais ampliado que deve levar em consideração a vivência, social, econômico e cultural em que a mulher se insere. Ao pensar na vida sexual do ser humano devemos entendê-la como sendo multifatorial que se integra à rede de significados do grupo social. Nesse sentido, é constituída de experiência pessoal, única e marcada profundamente pela cultura em que cada pessoa vive e submerge ¹.

Este aspecto pode ser confirmada através do discurso da colaboradora 11, pois devido a sua experiência o sexo esta sendo vivenciado de forma plena. *Eu me vejo linda e maravilhosa. Minha filha pra falar a verdade [o sexo] tá melhor agora do que antes (M 11, 46 anos).*

Com relação à masturbação somente a colaboradora 05 mencionou a prática. Lembrando que a masturbação não foi diretamente questionada na pesquisa. *Às vezes eu me masturbo (M 05, 47 anos).*

A masturbação é uma prática sexual que aparece em qualquer idade, mas como toda forma de expressão sexual, é condicionada pela cultura e pelas atitudes que se tem em relação a tal prática. A capacidade de autoexcitar-se pode produzir prazer e permitir alcançar o orgasmo. A masturbação constitui um recurso importante para a integração de impulsos e a descarga de tensões, bem como um veículo das fantasias sexuais do indivíduo, do autoconhecimento do corpo e da desinibição para o ato sexual. A atividade masturbatória em excesso ou sua

abstenção pode sugerir a presença de algum conflito. Por outro lado, a masturbação não provoca problemas mentais ou físicos ⁹.

Embora as mulheres da pesquisa mencionem diminuição, alteração e queixas com relação à vivência sexual podemos observar a presença de mulheres que relatam não haver nenhuma mudança no que se refere à vivência sexual ou a presença de queixas durante o ato, como se percebe na fala abaixo. *[vivência do sexo] Bem... normal, não mudou não. Não sinto dor (M 01, 36 anos). [vivência do sexo] Normal. Não acho diferença nenhuma (M 11, 46 anos).*

Com isso, identifica-se que na maioria das mulheres entrevistadas a diminuição da frequência sexual esta relacionada não a fatores biológicos, mas aos papéis de gênero, ao parceiro e ao não comprimento das fases da resposta sexual. Estas causas, por sua vez, são consideradas influenciadas pela cultura, sendo modificáveis. A única alteração biológica identificada, a presença de cisto, é tratável. Deste modo, não existe nenhum problema para a mulher não vivenciar a sexualidade e/ou o sexo, o que ocorre é uma falta de investimentos na discussão e conhecimento do assunto em questão.

Reconhecemos assim inúmeros condicionantes que atuam (direta ou indiretamente) na sexualidade da mulher climatérica. Há que se pensar, nesse sentido, no fortalecimento de espaços que possibilitem à mulher compartilhar suas experiências de vida nesse período, a fim de que possa vivenciá-lo com maior tranquilidade.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O climatério é uma fase inerente a todas as mulheres, caracterizada pela transição da fase reprodutiva para a não reprodutiva, permeada por modificações no âmbito físico, emocional, social e espiritual, as quais permanecem interligadas durante todo o processo, sendo este permeado pela cultura em que a mulher se encontra.

Com relação à vida sexual no climatério verificou-se, no contexto analisado, que esta possui influência dos padrões culturalmente construídos em torno da identidade feminina, que relegam o papel da mulher a satisfação do parceiro e a reprodução. A visão do envelhecimento

sexual da mulher no climatério reforçou-se a ideia de que atenção erótica é somente na esfera da juventude, exigindo a busca pela descoberta de outros valores, que não somente o físico para a atração sexual.

Além disso, identificou-se que os fatores que interferiram no exercício do sexo não se restringem as alterações fisiológicas ocasionadas pelo climatério. Os problemas no relacionamento com o companheiro, o processo de envelhecimento, os papéis de gênero e o não comprimento das fases da resposta sexual apresentadas por algumas mulheres foram fatores que contribuíram para a vivência negativa do sexo e da sexualidade.

Percebe-se, deste modo, que a população feminina vivenciando o climatério requer maior atenção do profissional que a assiste, pois são mulheres carentes, vulneráveis, ansiosas pelo entendimento das mudanças que sentem, mas muitas vezes não compreendem, sendo merecedoras de assistência integral e humanizada.

É indispensável que essas mulheres tenham acesso a informação em saúde, numa abordagem que seja significativa para elas, para compreensão das mudanças do climatério e que sejam capazes de vivenciar tal fase como integrante de seus ciclos de vida, e não como sinônimo de enfermidade, velhice, improdutividade e fim da sexualidade.

Nesse sentido, a enfermagem tem papel importante e autônomo na assistência das mulheres climatéricas, pois tem contato regular com as mulheres ao longo de suas vidas, podendo desta forma contribuir para desconstruir mitos e preconceitos que permeiam a mulher climatérica na esfera biológica e cultural. Entende-se também que o trabalho do enfermeiro nessa fase deve ser desenvolvida de forma articulada com uma equipe multiprofissional, para que possam implementar medidas estratégicas atendendo as suas necessidade.

Para tanto, faz-se necessário reformular e implementar estratégias incluindo as mulheres em todo o 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

1. BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. **Manual de Atenção à Mulher no Climatério / Menopausa**. Série A. Normas e Manuais Técnicos. Série Direitos Sexuais e Direitos Reprodutivos – Caderno, n.9. Brasília, 2008. Disponível em: <http://bvsm.sau.gov.br/bvs/publicacoes/manual_atencao_mulher_climaterio.pdf>. Acessado em: 27 Nov. 2010
2. COELHO DNP, *et al.* Percepção de mulheres idosas sobre sexualidade: implicações de gênero e no cuidado de enfermagem. **Revista da Rede de Enfermagem do Nordeste- Rev Rene**, v. 11, n. 4, 2012. Disponível em: <<http://www.revistarene.ufc.br/revista/index.php/revista/article/view/443>>. Acesso em: 08 jul. 2014.
3. SANTOS SMP, *et al.* A vivência da sexualidade por mulheres no climatério. **Revista de Enfermagem da UFSM**, v. 4, n. 1, p. 113-122, 2014. Disponível em: <<http://cascavel.ufsm.br/revistas/ojs-2.2.2/index.php/reufsm/article/view/8819>>. Acesso em: 02 out. 2014.
4. NETO AMP, VALADARES ALR, COSTA-PAIVA L. Climactericandsexuality. **Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia**, v. 35, n. 3, p. 93-96, 2013. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbgo/v35n3/v35n3a01.pdf>>. Acesso em: 23 out. 2014.
5. SILVA TB, BORGES MMMC. Sexualidade após a menopausa: situações vivenciadas pela mulher. **Revista Enfermagem Integrada**, Ipatinga, v. 5, n. 2, p.1018-1032, Nov./Dez., 2012. Disponível em: <http://www.unilestemg.br/enfermagemintegrada/artigo/v5_2/08-sexualidade-apos-menopausa-situacoes-vicenciadas-pela-mulher.pdf>. Acesso em: 11 set. 2014.
6. RESOLUÇÃO, Nº. 466 do Conselho Nacional de Saúde, de 12 de dezembro de 2012 (BR)[Internet]. **Aprova as diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. Diário Oficial da União**, v. 13, 2013.
7. FLEURY HJ, ABDO CHN. Psicoterapia para a saúde sexual: resultados com um grupo de mulheres na transição menopáusica. **Diagn. tratamento**, v. 16, n. 4, 2011. Disponível em: <<http://www.heloisafleury.com.br/images/Psicoterapia%20para%20a%20saude%20sexual.pdf>>. Acesso em: 07 dez. 2013.

8. ARAÚJO IA, *et al.* Representações sociais da vida sexual de mulheres no climatério atendidas em serviços públicos de saúde. **Texto & Contexto Enfermagem**, v. 22, n. 1, p. 114-122, 2013. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/tce/v22n1/pt_14.pdf>. Acesso em: 08 jul. 2014.

9. BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Saúde sexual e saúde reprodutiva** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – Brasília : Ministério da Saúde, 2010. Disponível em: <http://189.28.128.100/dab/docs/publicacoes/cadernos_ab/abcad26.pdf>. Acesso em: 02 out. 2014.