

## ASSISTÊNCIA À MULHER NO CLIMATÉRIO

Débora de Oliveira Lima<sup>1</sup>; Fábio Souza Veloso<sup>1</sup>; Analou Messias Castro<sup>1</sup>;  
Nathalia Vizeu Klautau de Amorim<sup>1</sup>; Sonia Fátima da Silva Moreira<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Graduação, <sup>2</sup>Doutorado  
Universidade Federal do Pará (UFPA)  
xdeboralima@gmail.com

**Introdução:** O climatério é definido como a fase da vida da mulher que marca a transição da vida reprodutiva para a não reprodutiva 1,2. Ela pode se estender por vários anos e se caracteriza pelo surgimento de sintomas como ondas de calor, suores noturnos, alterações do humor, ressecamento de mucosas, insônia e diminuição da libido<sup>2,3</sup>. As ondas de calor são os sintomas mais frequentes e angustiantes associados à menopausa, no entanto, sua exata fisiopatologia ainda não está bem esclarecida; sintomas depressivos e ansiosos também podem reduzir de maneira significativa a qualidade de vida das mulheres no climatério<sup>4,5</sup>. O aparecimento desses sintomas e de patologias como tireoidopatias e dislipidemias, que se tornam mais frequentes nesse período, além do medo das patologias cancerígenas, associados ao desconhecimento sobre seu corpo e sua fisiologia, acrescentam ainda mais ansiedade a essas mulheres. Diante do exposto, somado ao tabu que por muitos anos fez com que a saúde reprodutiva da mulher fosse abordada em segundo plano e a visão negativa da sociedade sobre o fenômeno do climatério e o que o acompanha, é esperado que a maioria das mulheres apresente dúvidas e anseios em relação a tal período. Este projeto visa mudar isso, orientando mulheres nessa etapa da vida a entender seus sintomas, conhecer mais seu corpo e as mudanças fisiológicas do climatério, modificar possíveis hábitos de vida deletérios, buscando a prevenção de doenças e a promoção da saúde para um amadurecimento mais saudável. **Objetivos:** Como objetivo, além da promoção de saúde da mulher no climatério de modo geral, mais especificamente há a realização de palestras visando orientação dessas mulheres quanto às alterações fisiológicas dessa fase da vida, a avaliação de sintomas climatéricos pelo questionário Menopausal Rating Scale (MRS) e das atitudes das mulheres diante desta fase pelo questionário Attitudes Towards Menopause (ATM). Do ponto de vista acadêmico, o objetivo é estimular o aluno a valorizar o trabalho da equipe de saúde visando à integralidade da atenção à saúde da mulher climatérica. Também é visado o estímulo do aluno a tomar decisões baseadas na análise das evidências científicas e na escuta ativa das pessoas, de modo a produzir melhorias na atenção integral à saúde da mulher. **Métodos:** O presente projeto se baseia em palestras, escuta ativa e preenchimento de questionários a acontecer periodicamente em unidades básicas de saúde de Belém, com pacientes do sexo feminino atendidas pelo Sistema Único de Saúde (Unidade Básica de Saúde do Guamá e CASMUC). A avaliação é baseada no preenchimento de dois questionários: um sobre as atitudes da paciente frente ao Climatério (ATM – Attitudes Towards Menopause) e o que esta fase representa na vida da mulher e outro sobre os sintomas característicos que a paciente apresenta (MRS – Menopause Rating Scale). Além disso, serão realizadas atividades de educação em saúde em forma de palestras nas salas de espera das unidades pelos discentes visando as pacientes ali presentes e outros membros da comunidade. Visando a manutenção de um adequado controle da qualidade das ações do projeto, são realizadas reuniões semanais da equipe, nas quais são planejadas e discutidas atividades para reciclagem do grupo e elaboração das palestras. As atividades do projeto estão em andamento desde março de 2016 e, segundo planejamento, serão finalizadas em fevereiro de 2017, quando todos os questionários serão analisados. Até o presente período foram preenchidos, cerca de 40 questionários, cujos dados foram contabilizados e analisados. Além das reuniões semanais, os discentes do projeto visitam

semanalmente às unidades para preencher mais questionários e se integrar à equipe da unidade. Durante as reuniões a coordenadora orienta o projeto e realiza treinamento para que as palestras atinjam o objetivo e os questionários sejam preenchidos com sucesso. Ao final do projeto, os dados serão analisados no programa SPSS versão 17. **Resultados e Discussão:** Foram entrevistadas 43 mulheres até o momento. No entanto, 9 entrevistas foram excluídas por respostas dúbias. Das 34 restantes, 10 estavam na faixa etária de 35 a 45 anos, 15 de 46 e 55 anos e 9 de 56 a 65 anos. Quanto à escolaridade das entrevistadas, 17 relataram possuir ensino fundamental incompleto, 4 concluíram o ensino fundamental, 5 tinham médio incompleto, 6 concluíram o ensino médio, apenas duas possuíam superior completo e nenhuma com ensino superior incompleto e/ou pós-graduação. O estado marital distribuiu-se entre 17 solteiras, 10 casadas, 2 em união estável, 4 divorciadas e 1 viúva. Analisando a atitude em relação ao climatério das mulheres entrevistadas sob a perspectiva do estado de menopausa de cada uma, observamos que as mulheres na pré-menopausa possuem a atitude mais negativa. Dentre as que estavam neste período do climatério, 2/3 obtiveram respostas negativas na escala de atitude ATM. A ocorrência dos sintomas do climatério na população avaliada distribuiu-se de forma bastante homogênea. Como esperado, as mulheres na pós-menopausa são as que possuem sintomatologia mais severa. Na perimenopausa, os sintomas relatados pelas pacientes localizaram-se no âmbito de pouca severidade e moderação. Um dos dados sociodemográficos mais influentes da pesquisa, segundo a literatura, é a escolaridade das mulheres entrevistadas. No presente trabalho, a maioria da população pesquisada possui baixa escolaridade, característica esta prevalente em ambos os grupos de atitudes. Diante disso, o dado mais importante é a evidente superioridade no número de mulheres com baixa escolaridade que demonstraram possuir atitudes mais negativas em relação à menopausa. **Conclusão:** De uma maneira geral, os resultados obtidos são condizentes com a literatura consultada e com as hipóteses que foram levantadas durante a construção deste projeto. Entretanto, faz-se necessária a continuidade da pesquisa para o alcance de um banco de dados mais extenso e representativo. Uma vez possibilitada a realização regular das palestras, será possível avaliar melhor a resposta do público-alvo quanto ao projeto. Até esse momento, os ganhos acadêmicos são extensos, uma vez que há o desenvolvimento da escuta ativa e abordagem ideal dos pacientes por parte dos discentes com orientação da coordenadora. Durante as reuniões semanais são realizadas leituras de artigos científicos sobre o tema e treinamentos frequentes (para palestras e para entrevistas, para análise estatística, entre outros), de modo que é previsto que além dos objetivos iniciais do projeto, no momento de sua conclusão muitos outros também sejam alcançados.

### Referências:

1. PRACTICE COMMITTEE OF AMERICAN SOCIETY FOR REPRODUCTIVE MEDICINE. The menopausal transition. *Fertil Steril.*; 2008 Nov; 90 (5 Suppl):S61–5.
2. UTIAN WH. Menopause-related definitions. *Int Congr Ser.* 2004 Apr; 1266:133–8.
3. THURSTON R; JOFFE H. Vasomotor symptoms and menopause: findings from the Study of Women's Health across the Nation. *Obstet Gynecol Clin North;* 2011; 38(3):489–501
4. SCHOENAKER DA; JACKSON C; ROWLANDS JV; MISHRA GD. Socioeconomic position, lifestyle factors and age at natural menopause: a systematic review and meta-analyses of studies across six continents. *Int J Epidemiol.* 2014 Apr 26; (April):1–21.

5. CHLEBOWSKI RT; MANSON JE; ANDERSON GL et al. Estrogen plus progestin and breast cancer incidence and mortality in the Women's Health Initiative. Observational Study. J Natl Cancer Inst. 2013 Apr 17; 105(8):526–