

A VIVÊNCIA DA MULHER IDOSA SOBRE O CLIMATÉRIO: SUBSÍDIOS PARA ENFERMAGEM

Maria Aparecida Vasconcelos Moura¹

Giuliana Fernandes e Silva²

Introdução: As mulheres passam por um período de transformações que pode ser um processo marcado por intensas mudanças físicas e emocionais em sua vida, influenciadas por fatores ligados à cultura, costumes, história de vida pessoal e familiar, e por questões psicológicas e ambientais. Algumas dessas transições são mais aceleradas, imprimindo por vezes, uma conotação de crise e, por isso, representa possibilidade de crescimento ou não, em oportunidade ou ameaça, a depender de quem esteja vivenciando tais mudanças¹. É neste cenário que ocorre o climatério, definido como uma fase biológica da vida e não um processo patológico, e compreende a transição entre o período reprodutivo e o não reprodutivo da mulher; com início por volta dos 35 anos de idade e encerrando-se aos 65 anos. Abrange a menopausa que ocorre com a última menstruação espontânea, somente reconhecida depois de passados 12 meses da sua ocorrência². Apesar de o climatério ser um período fisiológico da vida da mulher, o mesmo vem sendo compreendido como um problema na saúde pública e, como tal, vem sendo estudado principalmente, pela vertente de pesquisas biomédicas e farmacêuticas dando ênfase a Síndrome Climatérica. A insuficiência ovariana da pós-menopausa tem sido considerada como uma endocrinopatia, uma vez que a deficiência quantitativa dos hormônios específicos (estradiol e progesterona) tem uma série de consequências patológicas e peculiares, remetendo, assim, à necessidade da medicalização nesse período³. No climatério, na esfera cognitivo-comportamental, não são raras mudanças, tais como maior labilidade emocional e até dificuldades com a memória. Não obstante, há dúvidas acerca do quanto tais queixas estariam relacionadas à queda estrogênica ou a fatores psicossociais e orgânicos relacionados ao processo de envelhecimento. As próprias ondas de calor, dependendo da sua intensidade e frequência, por interferirem no sono e nas atividades cotidianas, seriam causa de irritabilidade e até depressão⁴. Estes sintomas podem causar

¹ Doutora em Enfermagem. Professora Associada IV da Escola de Enfermagem Anna Nery (EEAN)/UFRJ. Pesquisadora do Núcleo de Pesquisa em Saúde da Mulher (NUPESM). Orientadora. E-mail: maparecidavas@yahoo.com.br

² Mestre em Enfermagem pela EEAN. Membro do NUPESM. E-mail: giulianafernandes@hotmail.com

desconfortos para a maioria dessas mulheres. Objetivos: Descrever a vivência da mulher idosa sobre o climatério e analisar os efeitos positivos e negativos para saúde na percepção da mulher que o vivencia. Metodologia: Pesquisa qualitativa, analítica e método exploratório, realizado em 2013. O cenário foi um Instituto de Atenção à Saúde do município do Rio de Janeiro, Brasil. As participantes foram 31 mulheres com idade entre 60 a 65 anos. Os dados foram coletados após a recepção e aceite da carta de autorização para a coleta no campo de pesquisa. Houve a aplicação de um instrumento de coleta de dados semi-estruturado e individual. As entrevistas foram gravadas em material eletrônico e posteriormente transcritas na íntegra, visando à fidedignidade dos dados. Para a análise das entrevistas utilizou-se a análise de conteúdo de Bardin⁵. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Escola de Enfermagem Anna Nery e Instituto de Atenção à Saúde São Francisco de Assis da Universidade Federal do Rio de Janeiro sob o protocolo nº260.187. Resultados: Em relação à vivência da maioria dessas mulheres no climatério caracterizaram este período como uma fase turbulenta, de desconforto e sofrimento. Muitas destacaram os fogachos como um dos sintomas mais prevalentes, além de outros, de ordem psicológica e fisiológica, que influenciavam em sua qualidade de vida. As mulheres expressaram preocupação com este período de sua vida e tenderam à associar as mudanças que ocorreram a partir da menopausa como sendo do climatério, a exemplo do surgimento de patologias como diabetes, hipertensão, aumento de peso e cardiopatias. Ainda que o climatério não seja uma doença, algumas mulheres o trataram como tal. Classificaram essa fase de suas vidas como permeadas de efeitos positivos e negativos, dando maior destaque aos efeitos negativos e enfatizando como os importunos sintomas como calor, cefaleia, insônia, sudorese intensa, depressão, diminuição da libido, entre outros. Apontaram também, como 'ruim' e negativo, a necessidade de recorrerem à terapia de reposição hormonal já que antes da menopausa era produzido, naturalmente. No entanto, outras descreveram efeitos positivos, no qual destacaram ser um período de ganho, ressaltando pontos positivos, como o alívio por não mais menstruar, libertando-se da dor menstrual e dos desconfortos causados, além do grande medo de uma gravidez indesejada. Essa parcela, mesmo que em número menor, representou o climatério como uma fase em que se reconheceram mais tranquilas, podendo redescobrir privilégios desta vivência. Conclusão: Os resultados apontaram a falta e a necessidade de orientações e esclarecimentos acerca do tema. A maioria das mulheres ainda desconhece a

terminologia climatério e algumas associaram à menopausa, apontando sintomas negativos e o surgimento de patologias como consequências desta fase. Diante dessas considerações é notório a necessidade da implementação efetiva de políticas públicas voltadas à assistência das mulheres no climatério no contexto social, promovendo cuidados mais específicos, práticas alternativas nas intervenções e possibilitando esta vivência como uma fase natural da vida da mulher. Contribuições para enfermagem: Esta pesquisa possibilitará aprofundar estudos sobre a fase do climatério e contribuir na assistência prestada às mulheres que vivenciam este momento. O estudo buscou conhecer a vivência e os efeitos desta fase para saúde das mulheres, que apontaram as influências dos sintomas e as dificuldades que este período traz à sua vida, o que pode revelar um potencial transformador nas práticas de saúde vigente, no intuito de melhor acolher, desconstruir os mitos sobre esse período e orientá-las para vivenciarem esta fase de forma fisiológica e natural.

Decs: Enfermagem; Climatério; Envelhecimento.

Eixo 1: O protagonismo no cuidar.

Referências:

1. ALMEIDA LHRB DE, LUZ MHBA, MONTEIRO CFS. Ser Mulher no Climatério: uma análise compreensiva pela enfermagem. Revista de Enfermagem UERJ, Rio de Janeiro, p. 370-375, jul/set. 2007.
2. BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Manual de Atenção à Mulher no Climatério/Menopausa. Brasília/DF, 2008.
3. LIMA, S. M. R. R., BOTOGOSKI, S. R. Menopausa: o que você precisa saber – Abordagem prática e atual do período do climatério. Ed. Atheneu. São Paulo, p.624. 2009.
4. LORENZI, D. R. S; CATAN, L. B; MOREIRA, M; ÁRTICO, G. R. Assistência à mulher climatérica: novos paradigmas. Revista Brasileira de Enfermagem. Brasília. mar-abril; p. 287-93. 2009.
5. BARDIN L. Análise de conteúdo. Lisboa/Portugal: Edições 70, 2009.