Temas em Saúde
Volume 16, Número 2
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

Artigo

Climatério e menopausa: percepção de mulheres usuárias da estratégia saúde da família

Climacteric and menopause: women's perception of users family health strategy

Joseane de Sousa Aranha[1]
Carlos Bezerra de Lima[2]
Maryama Naara Felix de Alencar Lima[3]
Juliane de Oliveira Costa Nobre[4]

RESUMO: Climatério e menopausa são fases vivenciadas durante o ciclo de vida da mulher, permeadas por uma série de transformações físicas, psicológicas, sociais e relativas ao envelhecimento. Provocam alterações nos hábitos diários da mulher, podendo comprometer sua qualidade de vida. Assim, este estudo objetivou traçar o perfil de mulheres usuárias da estratégia saúde da família participantes deste estudo; descrever sua percepção acerca do climatério e menopausa; determinar a importância por elas atribuída aos sintomas e cuidados com a saúde; visando à qualidade de vida. Trata-se de uma pesquisa exploratória, desenvolvida mediante uma abordagem quantitativa. Teve como população usuárias cadastradas na unidade da Estratégia Saúde da Família Jardim Queiroz e como amostra 27 mulheres que se dispuseram a participar da pesquisa. O instrumento de coleta foi um roteiro de entrevista, contendo dados sociais e demográficos e questões específicas do estudo, que foram analisados sob a perspectiva de evidenciar como as entrevistadas percebem as mudanças que ocorrerem no climatério e menopausa. Os resultados demonstram déficit de conhecimento acerca desta temática, conceitos inadequados em sua maioria, associados a tabus. Urge, pois, que a equipe de enfermagem desenvolva uma assistência holística que venha contribuir para a promoção da saúde, visando à melhoria na qualidade de vida dessas mulheres.

[1] Graduanda de Enfermagem pelas Faculdades Integradas de Patos.
[2] Enfermeiro. Doutor em Enfermagem. Orientador deste estudo. Docente nas Faculdades Integradas de Patos - FIP
[3] Enfermeira.Mestre. Docente nas Faculdades Integradas de Patos - FIP
[4] Enfermeira.Mestre.Docente nas Faculdades Integradas de Patos- FIP.

Temas em Saúde
Volume 16, Número 2
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

Artigo

Unitermos: Climatério. Menopausa. Qualidade de Vida.

SUMMARY: Climacteric and menopause phases are experienced during a woman's life cycle, permeated by a series of physical, psychological, social and related to aging. Cause changes in daily habits of women, compromising their quality of life. This study aimed to outline the profile of women users of health strategy of the participating family of this study; describe their perception of menopause and menopause; determine the importance they attach to the symptoms and health care; aiming at quality of life. This is an exploratory research, developed through a quantitative approach. Had the population registered users in the Health Strategy Unit Family Queiroz Garden and as sample 27 women who were willing to participate. The instrument was an interview script containing social and demographic and specific questions of the study, which were analyzed from the perspective of evidence how the respondents perceive the changes that occur during menopause and menopause. The results demonstrate a lack of knowledge about this subject, inadequate concepts mostly associated with taboos. It is therefore urgent that the nursing staff to develop a holistic care that will contribute to the promotion of health in order to improve the quality of life of these women.

Key words: Climacteric. Menopause. Quality of life.

INTRODUÇÃO

A população feminina passa por diversas fases no decorrer de suas vidas constituídas de infância, puberdade, adolescência, maturidade, menopausa e senilidade; em destaque a menopausa- período final dos ciclos menstruais, que geralmente acontece em mulheres com idade entre 38 e 55 anos. Nesta etapa da vida transcorre normalmente um período chamado de climatério, formado por um conjunto de alterações orgânicas não patológicas e emocionais, com alterações nos hábitos diários da mulher, podendo comprometer sua qualidade de vida.

Temas em Saúde
Volume 16, Número 2
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

Artigo

O climatério é definido como um período de transição entre fases biológicas e não um processo patológico, caracterizada pelas mudanças de transição entre o período reprodutivo e o não reprodutivo da vida da mulher. Abrange toda a fase em que o estrogênio e a progesterona vão progressivamente deixando de ser produzidos, podendo acarretar alterações envolvendo o contexto psicossocial. Pode vir ou não acompanhado de sintomas. A menopausa é um marco nessa fase, correspondendo ao último ciclo menstrual, somente reconhecida depois de passados 12 meses da sua ocorrência e acontece geralmente em torno dos 48 aos 50 anos de idade (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2008).

A fase do climatério inclui uma série de implicações sociais e concernentes ao envelhecimento, uma fase vivenciada por momentos de intensa ansiedade, medos e certa dificuldade social, em virtude das múltiplas sintomatologias apresentadas, dentre elas, a sexualidade merece particular atenção no climatério. Outras transformações encontram-se relacionadas à queda brusca ou ao desequilíbrio hormonal, ao estado geral da mulher, ao estilo de vida adotado, às relações sociais e aos projetos de vida que podem contribuir para a intensificação dos sintomas climatéricos (LOPES et al., 2013).

Especialmente nessa fase da vida, a mulher precisa ter acesso pleno aos serviços de saúde. A estratégia saúde da família (ESF) visa à reorganização da atenção básica à saúde no Brasil. Caracteriza-se como uma estratégia de expansão, qualificação e consolidação da atenção básica sob a perspectiva de ampliação da resolutividade e fortalecimento do impacto na situação de saúde das pessoas e coletividades (BRASIL, 2012). Assim, este estudo teve como objetivos traçar o perfil de mulheres usuárias da estratégia saúde da família participantes deste estudo; descrever sua percepção acerca do

Temas em Saúde
Volume 16, Número 2
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

climatério e menopausa; determinar a importância por elas atribuída aos sintomas e cuidados com a saúde; visando à qualidade de vida.

METODOLOGIA

O presente estudo caracteriza-se como uma pesquisa exploratória, que foi desenvolvida mediante uma abordagem quantitativa, cujas análises foram procedidas sob a perspectiva de descrever as mudanças que ocorrem no climatério e menopausa suas implicações para a vida da mulher e correlacioná-las em articulação com o tratamento realizado na Estratégia Saúde da Família Jardim Queiroz, localizada no município de Patos-PB.

A população do estudo foi composta por usuárias que estavam cadastrados na unidade da estratégia saúde da família (ESF) Jardim Queiroz, localizada no município de Patos-PB. A amostra foi constituída por 27 usuárias que se dispuserem a participar da pesquisa, que atenderam os seguintes critérios de inclusão: Ser maior de 40 anos, estar freqüentando a referida unidade, e assinar o termo de consentimento livre e esclarecido; e que atendam aos critérios de exclusão: Apresentar déficit cognitivo que comprometa a coleta de informações; ser surda, ou apresentar deficiência auditiva que impeça ou dificulte a comunicação oral.

Foram utilizadas como fonte de informação fichas contendo dados sociais, demográficos e econômicos para caracterização da amostra e como instrumento de coleta um roteiro de entrevista previamente elaborado com perguntas objetivas e subjetivas, deixando as usuárias à vontade para responder aos questionamentos feitos na entrevista.

Temas em Saúde
Volume 16, Número 2
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

Artigo

Um instrumento que permitiu análise em conformidades com objetivos elaborados para esta pesquisa.

A coleta de dados iniciou-se após aprovação após a aprovação do projeto pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) das Faculdades Integradas de Patos (FIP). As entrevistas foram realizadas na unidade da ESF cenário de realização desta pesquisa conforme a disponibilidade das participantes, desenvolvidas individualmente usando o instrumento previamente elaborado para a coleta. Após esclarecimentos sobre os objetivos e procedimentos da pesquisa e assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE), de forma a garantir que não houvesse prejuízos no desenvolvimento do atendimento na ESF.

Os dados quantitativos estão apresentados por meios de tabelas e gráficos para facilitar a visualização dos resultados, e analisados através da estatística descritiva, sendo discutidos em articulação com as referências revisadas neste estudo. Os dados quantitativos também foram analisados à luz da literatura pertinente revisada neste estudo, que enfatiza a análise e descoberta do que estava por trás de cada conteúdo manifesto, independente da forma como este foi expresso (escrito, falado, gestos ou expressões) (MINAYO, 2006).

A pesquisa seguiu as orientações éticas da Resolução nº 466/2012, do Conselho Nacional de Saúde, que regulamenta investigações que se caracterizem como uma pesquisa que, individualmente ou coletivamente envolva ser humano de forma direta ou indireta, em sua totalidade ou a partir deles, incluído manejo de informações ou materiais (BRASIL, 2012).

Temas em Saúde
Volume 16, Número 2
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

Artigo

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os eventos caracterizados na fase da vida feminina compreendida como climatério e menopausa são cada vez mais comuns, sendo, portanto, preocupante, já que as mulheres representam uma classe de trabalhadoras na sociedade. Este estudo foi realizado com 27 usuárias do serviço de saúde na Estratégia Saúde da Família, onde a atenção integral à saúde da mulher prioriza um olhar holístico nas ações de assistência em todas as fases de sua vida, de modo especial, no climatério.

O climatério, por compreender um período relativamente longo da vida da mulher pressupõe do profissional de saúde medidas de qualidade para com a mulher climatérica crescente da sociedade, pois a expectativa de vida após a menopausa é atualmente equivalente ao período de vida reprodutivo. O período etário em que a mulher poderá experimentar os sintomas associados às mudanças que ocorrem no climatério é a partir dos 40 anos. Essas transformações são normais nessa fase, afetando, inclusive a vida sexual e o relacionamento conjugal e familiar (MIRANDA et al., 2014).

Com relação à assistência à saúde das mulheres climatéricas, a mesma se configura em estratégias de cuidados direcionados mais para a adaptação a um novo estilo de vida de forma que a mulher adira a novas práticas de saúde. Ressalte-se que, a qualidade de vida está diretamente relacionada com o desenvolvimento de práticas saudáveis. Implica que na assistência os profissionais levem em consideração a individualidade, as necessidades individuais e a capacidade de interação para fortalecer a sua trajetória climatérica com qualidade de vida. Uma acepção mais ampla baseada em experiências próprias, com os outros e com o ambiente influencia positivamente, nessa

Temas em Saúde
Volume 16, Número 2
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

mudança de fases na trajetória vitam respeitando-se crenças, costumes, valores, conhecimentos e cultura (VIDAL et al., 2012).

A caracterização sócia demográfica, bem como, os hábitos, e as manifestações clinicas relacionados nesta fase são evidenciadas com a aplicação do instrumento, seguidos da análise e discussão dos dados. Apresentamos primeiro os dados referentes ao perfil das entrevistadas e em seguida as questões específicas do estudo.

Tabela 1 – Distribuição percentual dos dados demográficos dos participantes

VARIÁVEIS		N	%
Idade	40 a 49 anos	11	41
	50 a 59 anos	09	33
	Mais de 60 anos	07	26
Etnia/cor	Branca	14	52
	Negra	09	33
	Parda	04	15
	Amarela	00	00
	Indígena	00	00
	Não referida	00	00
Escolaridade	Analfabético	01	3,7
	Ensino Fund. Completo	02	7,4
	Ensino Fund. Incompleto	08	30
	Ensino Médio Completo	08	30
	Ensino Médio Incompleto	01	3,7
	Nível Superior Incompleto	02	7,4
	Nível Superior	05	18

Fonte: Dados de pesquisa de campo, 2016.

Temas em Saúde
Volume 16, Número 2
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

Artigo

Os dados registrados na tabela 01 evidenciam que em relação à idade as mulheres da amostra encontram-se na faixa etária de 40 a 49 anos, com 41%, seguidos pela faixa etária de 50 a 59 anos, representada por 33% da amostra. Enquanto 26% encontram-se na idade acima de 60 anos.

A incidência das mulheres com faixa etária de 40 a 60 anos neste estudo permanece devido a um período associado ao estado de deficiência hormonal, que corresponde a um terço de suas vidas, denominado de climatério, formada por fases no ciclo da vida da mulher sendo um período importante e inevitável na vida feminina, devendo ser encarado como um processo natural e não como doença, em relação à qualidade da saúde da mulher (RIBEIRO et al., 2015).

Os altos números de eventos na fase de climatério e menopausa acontecem de informações relacionadas ao decorrer da idade, plantadas ao cotidiano e imbuídas de maneira significativa na vida dessa parcela da população, ainda nos dias atuais, permanece a preocupação de reflexão voltada a esse período, pois muitas mulheres se aproximam e chegam à menopausa com dúvidas e inseguranças sobre as alterações que irão acontecer na fase de transição do climatério. Tais alterações ocorrem também relacionadas ao íntimo de cada mulher, de forma muito pessoal (ALMEIDA et al., 2015).

O Ministério da Saúde no Brasil conceitua climatério como uma fase vital biológica, correspondente da transição entre o período reprodutivo e não reprodutivo feminino, sendo a menopausa o marco inicial desta fase. Vários eventos influenciam como a prévia sintomatológica que caracteriza essa fase, que é diferenciada de acordo a interrupção da menstruação, somente definido após o tempo correspondente a doze meses desta situação, que normalmente se dá na faixa etária em torno dos 48 aos 50 anos de idade (SOARES et al., 2012).

Temas em Saúde
Volume 16, Número 2
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

Artigo

Na variável Etnia/cor há um aumento das entrevistaaos com as declaradas brancas 52%, as negras que representaram 33% da amostra, e as pardas 15%, enquanto a etnia amarela, indígena e não referida não se obteve resultados, portanto, 00% da amostra. As mulheres brancas que participaram da pesquisa estão em numero maior, possuem nível escolar predominante entre Ensino Fundamental Incompleto e o Ensino Médio Completo; cada nível corresponde a valores iguais de 30% da amostra. Nível Superior é representado por 18% seguidos de Ensino Fundamental Completo e Nível Superior Incompleto com 7,4% cada da pesquisa, sendo que 3,7% encontram-se no grau escolar Ensino Médio Incompleto e sem escolaridade.

A escolaridade determina impactos específicos no ciclo vital da mulher associados aos aspectos emocionais gerados na menopausa que são pouco debatidos, comparando-se com a relevância demonstrada quanto à alteração fisiológica, dando sua inelegância que a menopausa engloba fatores biológicos, psicológicos e socioculturais. Estudos demonstram que as mulheres apresentam déficit de conhecimento acerca do climatério (RIBEIRO et al., 2015).

O nível escolar é de extrema importância tornando um aliado essencial para a qualidade de vida dessa população, devido acrescentar um conhecimento mais realista e adequado, sem mitos, sobre as causas das mudanças observadas no corpo da mulher, em sua subjetividade, em seu comportamento durante a meia-idade. Tais mudanças são pertinentes a essa fase vivenciada por elas, utilizando base da literatura com acervo rico, que atribuem de forma marcante na vida das mulheres e, assim como apresenta os fatores psicológicos e sociais associados a esse período (SOUZA; ARAUJO, 2015).

Muitas mulheres desconhecem informações do campo biológico, da ciência em saúde, que ajudem a explicar alterações femininas nessa etapa da vida, mas também às

Temas em Saúde
Volume 16, Número 2
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

ciências humanas que são mediadoras do contexto sociocultural, história pregressa pessoal e familiar das pessoas, envolvendo uma minoria da pesquisa que não sabe nem mesmo o que é a menopausa. A falta de conhecimento proporciona diversas incertezas sobre o climatério e surgem mitos, fazendo com que essa fase da vida seja mais conturbada e colabore ainda mais para o comprometimento da qualidade de vida (RIBEIRO et al., 2015).

Tabela 2 – Distribuição percentual dos dados demográficos dos participantes

VARIÁVEIS		N	%
Estado civil	Solteira	08	30
	União estável	04	15
	Casada	09	33
	Divorciada	04	15
	Viúva	02	7,4
Profissão	Professora	06	22
	Doméstica	06	22
	Aposentada	04	15
	Outros	11	41

Fonte: Dados de pesquisa de campo, 2016

Na variável estado civil as solteiras atingiram 30% da amostra, união estável com 15% da amostra que convivem com companheiro, consideradas casadas com 33%, enquanto que as divorciadas 15%, e viúvas representaram 7,4% da amostra. O climatério é a etapa natural e inevitável na vida da mulher que nos dias atuais tem sido reconhecido simplesmente como encerramento da vida reprodutiva feminina. A menopausa é caracterizada como fase madura, que não impossibilita sua condição sexual ativa, com

Temas em Saúde
Volume 16, Número 2
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

inúmeras possibilidades de seguir sua vida, tentando sempre escolher um caminho que sinta se melhor, quebrando tabus, inclusive o sentimento de constrangimento (SOUZA; ARAUJO, 2015).

As questões vivenciadas pelas mulheres em suas relações afetivas são marcadas em seu cotidiano frente à complexidade da síndrome climatérica e dos seus reflexos, demonstrando o quanto é essencial estabelecer propostas adequadas para enfrentar esta fase com uma nova abordagem no que se refere à atenção à saúde nesse grupo de mulheres (FREITAS et al., 2015).

O hábito saudável de vida feminina não deve ser apenas a expectativa de vida longa, mas os inerentes a avanços na área da saúde, em busca de aumento da expectativa cada vez maior no numero de mulheres que se preocupam em manter uma relação ativa com seus companheiros, livre de incapacidades, doenças e sintomas desagradáveis, que em diversas situações possam por ventura impossibilitar momentos saudáveis de prazer (SOUZA, ARAUJO, 2015).

Com relação à situação empregatícia, o estudo revelou que a profissão de professora, 22% da amostra está empregada, igualmente 22% relatou que são domésticas não possuem emprego, sendo 15% de aposentadas, e os 41% da pesquisa estão incluídas em outras profissões, entre elas destacam-se representante de vendas, costureira, comerciante e escriturária, as quais não foram acrescentadas na tabela por serem várias, com frequência individual de pouca significância.

Destaca-se nos presentes dados que mais da metade da amostra tem vinculo empregatício em atividade. São indivíduos que tem uma dupla ou tripla jornada de trabalho, muitas vezes, sendo as únicas provedoras do lar, tendo que trabalhar para

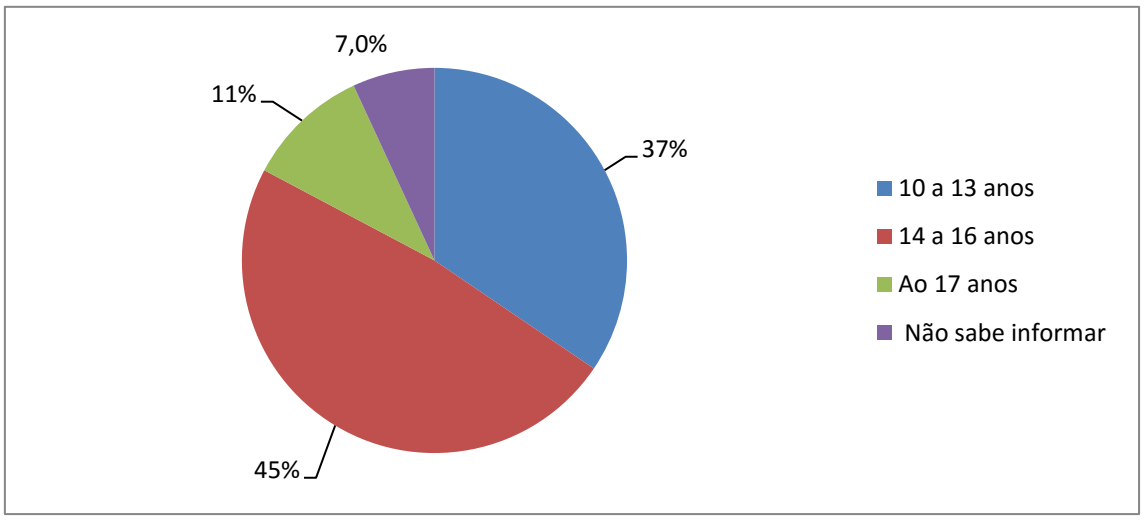
Temas em Saúde
Volume 16, Número 2
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

sustentar a família enfrentando diariamente dificuldades que interferem diretamente no seu bem-estar (SILVA et al., 2011).

Ressalte-se que, com as constantes mudanças sociais e tecnológicas, a mulher necessita investir no auto desenvolvimento. O mercado de trabalho da atualidade espera um profissional com qualidades diferenciadas, que saiba agir, tomar decisões e usar a criatividade para solucionar problemas, que se torna mais complicada ao interligar sua condição profissional à biológica atual, que tende a compreender suas complexidades vivenciadas nessa fase climatérica e da menopausa, buscando entre tempo livre e a realização de atividades de ocupação, que promovam saúde, para que não possam desencadear comportamentos de risco priorizando seu trabalho.

Gráfico 1 – Caracterização da amostra quanto aos dados referentes ao objetivo do estudo.

Idade em que surgiu a menarca



Fonte: Dados de pesquisa de campo, 2016.

Temas em Saúde
Volume 16, Número 2
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

Artigo

Sobre a idade cronológica da menarca, este estudo apontou que as mulheres são maioria entre idade 14 e 16 anos atingindo 45% da amostra, seguidas da faixa etária 10 a 13 anos, com 37%, aos 17 anos, representadas por 11,% da amostra, as que não souberam informar a idade da menarca correspondem a 7,0%. Deve-se salientar que esse alto índice está relacionado também à predominância da população na avaliação do crescimento e maturação somática, em geral do sistema biológico e sexual, variam de acordo com o a maturação esquelética, devido a fenômenos importantes no desenvolvimento das meninas (BRASIL, 2008).

A menstruação é conceituada como um sangramento vaginal periódico que começa na menarca ou primeira menstruação espontânea sendo encerrada com a menopausa ou última menstruação espontânea da vida da mulher. Apresenta diversos eventos marcantes, desencadeados pela ação integrada do eixo hipotálamo-hipófise-ovário (HHO), que tem como resultado os ciclos menstruais essências para determinarem as modificações fisiológicas no organismo feminino buscando a formação para reprodução. O ciclo menstrual é o conjunto dessas modificações, iniciando-se no primeiro dia da menstruação, no Brasil a menarca esta representada por adolescentes na faixa media de 13 a 14 anos (BOUZAS et al., 2010).

No entanto, a tendência de adolescentes na primeira menstruação tem se estabilizado segundo alguns autores em 13 anos como média mundial. As mensurações da maturação variam em um grupo de uma determinada idade cronológica algumas crianças podem ter vantagem ou desvantagem nos testes de aptidão física devido ao estado maturacional independente de outros fatores, numa ampla variedade de contextos. Ela pode ser um indicador de saúde e crescimento, do tempo de maturação e do estado nutricional, tanto em nível individual quanto populacional (SOUZA; ARAUJO, 2015).

Temas em Saúde
Volume 16, Número 2
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

Artigo

Tabela 3 – Caracterização da amostra quantoaos dados referentes ao objetivo do estudo

	Sim		Não		
	N	%	N	%	
Ainda ocorre o ciclo menstrual					**Se a resposta for Não, informar o motivo: Menopausa:**10 **Histerectomia:** 05 **Outro:** 03
	09	33%	18	67%	

Fonte: Dados de pesquisa de campo, 2016.

Na tabela 03 quanto ao questionamento ainda ocorre o ciclo menstrual, grande parte das pesquisadas 67%, relatou que não, relacionada à menopausa, procedimento de histerectomia e outros, enquanto que nas respostas sim 33% relataram que ainda ocorre ciclo menstrual.

O Ministério da Saúde estabelece o limite etário para o climatério no período entre 40 e 65 anos de idade, conforme a fase da pré-menopausa que tem inicio em geral após os 40 anos, quando ocorre a diminuição da fertilidade feminina, devido a essas alterações biológicas, determinadas mulheres continuam mantendo seus ciclos menstruais regulares ou com padrão menstrual similar ao ocorrido durante a vida reprodutiva. Na transição perimenopausa começa anteriormente dois anos da última menstruação, um ano depois com ciclos menstruais irregulares, associados a diversas e alterações de sistema endócrinas enquanto que período pós-menopausa é marcado pelo inicio de um ano após o último período menstrual (MARON et al., 2011).

Temas em Saúde
Volume 16, Número 2
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

Em decorrência dessa variabilidade muitas mulheres, com poucas informações acerca da menopausa desconhecem, ou não são capazes de identificar, as diferenças vivenciadas na maioria das alterações hormonais, fisiológicas e emocionais envolvidas no processo de decréscimo da produção hormonal e cessação de ciclos menstruais; provavelmente, esse déficit de conhecimento em geral esta associado a fatores que tende agravar o estado físico e emocional das mulheres, dentre outros, sendo evidenciado por período de vida com marca biológica imbuída de significados psicossociais (SOUZA; ARAUJO, 2015).

Tabela 4 – Caracterização da amostra quanto aos dados referentes ao objetivo

Fonte: Dados de pesquisa de campo, 2016.

Você sabe informar o que significa Climatério	**Sim**	Nº 03	% 11	Início ao término da menstruação. Aparecimento dos sintomas da menopausa.
	Não	Nº 24	89%	
	Nãoquer responder	Nº00	00%	

De acordo a tabela 4 a pesquisa obteve um percentual de 89% das entrevistadas que não soube informar o que significa climatério, sendo que apenas 11% demonstraram conhecimento acerca do tema. Apesar da maioria não revelar o significativo, destaca-se que a falta de interesses em buscar de informações adequadas pode contribuir para os tabus existentes nessa população. O climatério é definido como a fase de transição entre os anos reprodutivos e não reprodutivos da mulher, que acontece na meia-idade. Muitas mulheres enfatizam alterações metabólicas e hormonais, como momento do fim

Temas em Saúde
Volume 16, Número 2
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

climatérico aos sintomas vivenciados nesse período, por associar as mudanças envolvidas nesse tempo, o que leva ao contexto psicossocial, que em geral reporta ao climatério como menopausa (VALENÇA et al., 2012).

O climatério marcado pelo seu inicio por volta dos 40 anos, que pode elevar-se até a faixa etária dos 55 anos ou mais, é marcado ainda pelo declínio da função ovariana e caracteriza-se por um progressivo estado de hipoestrogenismo, interligado ao um conjunto de diversos fatores de sinais e sintomas que constituem a síndrome do climatério, que proporciona um alto impacto na vida da mulher inserida em um contexto biosociocultural próprio, diretamente na qualidade de vida (VELOSO et al., 2013).

A assistência em saúde voltada a essa classe de mulheres, principalmente a partir do início do climatério, é percebida com déficit em inúmeras situações, acerca de conhecimentos biológicos, teóricos, sobre a importância da saúde da mulher. A ausência de informações voltadas a esse período que estão passando, pode ser desencadeada, através de ambos os lados, políticas públicas eficazes de saúde à mulher, como falta de interesse dessa população, a problemática vivenciada. A estratégia de saúde da família, e o elo para orientações oferecidas pelo profissional de enfermagem, às mulheres no climatério. Ela deve contribuir para a adaptação mais simples e adequada no período do climatério utilizando da estratégia de orientações para a promoção da saúde. (DIAS; LIMA, 2008).

Temas em Saúde
Volume 16, Número 2
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

Tabela 5 – Caracterização da amostra quanto aos dados referentes ao objetivo

Fonte: Dados de pesquisa de campo, 2016.

Você sabe informar o que significa Menopausa	**Sim**	Nº 19	% 70%	Significa o fim da menstruação.Deixa de ter filhos, perda de hormônios.
	Não	Nº08	30%	
	Não quer responder	Nº00	00%	

Na tabela 5 as entrevistas demonstraram alto resultado do estudo, na variável sim, relataram que obtiveram informações do que é a menopausa, com 70% da amostra, enquanto que 30% não conheciam o significado da menopausa. As mulheres, no que se refere ao período da menopausa propriamente dita, classificam como o encerramento do ciclo menstrual, uma fase conturbada, cheia de incertezas, não desejável da vida, assim como há preocupações em relação à transição desta fase ao experimentar a menopausa (DIAS; LIMA, 2008).

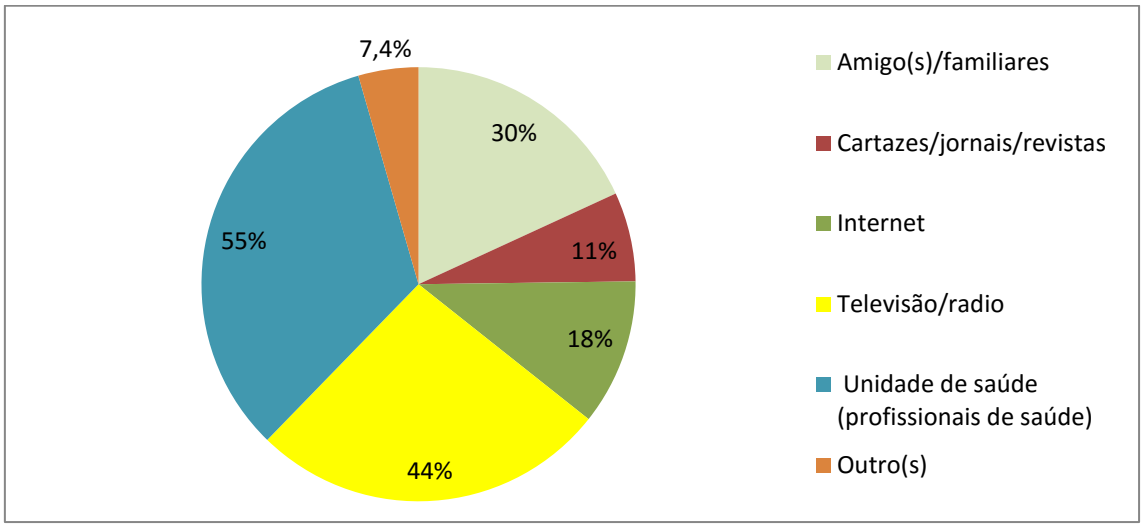
Os eventos caracterizados emocionais associados à menopausa são pouco discutidos, quanto à importância dada aos aspectos fisiológicos, e a percepção feminina, voltada às alterações marcantes em nível psicossocial e fisiológicas, relatadas por mulheres no período que cessar o sangramento vaginal mensal são afetadas por fatores biológicos, psicológicos e socioculturais. Por esse motivo, é primordial que seja associado ao conhecimento da mulher no âmbito da biologia e às ciências da saúde, afim explicar alterações femininas nessa etapa do ciclo vital (FERREIRA et al., 2015).

A estimativa é gerar qualidade de vida feminina durante o período de menopausa, sendo que é essencial atribuir valores aos relatos de sentimentos e suas percepções sobre sua condição atual de vida, evidenciadas de mudanças significativas em seu cotidiano,

Temas em Saúde
Volume 16, Número 2
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

também busca monitorização do seu bem estar frente a medidas terapêuticas que visem prolongar a vida, aliviar os sintomas persistentes, além de restaurar funções ou prevenir incapacidades, de forma integral proporcionando qualidade de vida das mulheres em seu contexto de novas experiências (MARON et al., 2011).

Gráfico 2– Caracterização da amostra quantoaos dados referentes ao objetivo do estudo.



Fonte: Dados de pesquisa de campo, 2016.

Das 27 participantes da pesquisa a maioria obteve informações, por mais de um item do questionário, com 55% através do serviço da unidade de saúde, por profissionais da área, 44% relataram que adquiriram informação através de televisão/radio, sendo que destes, 30% por parte de amigos/familiares, com 18% da amostra acesso a internet, 11%

Temas em Saúde
Volume 16, Número 2
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

relatou que devido a leitura de cartazes/jornais/revistas, e 7,4% afirmaram que através de outros recursos.

A população feminina deste estudo demonstra que adquiriu informações de maneiras diversas, com boa compreensão da menopausa, vista sob o ponto de ótica geral. O acesso ao conhecimento possibilita qualidade na assistência à saúde relacionadas às mudanças ocorridas nesse período, mais também ações que promovam a saúde física e mental, oportunizando ao indivíduo a sua recolocação na sociedade através da compreensão e aceitação da sua condição atual (FERREIRA et al., 2015).

As formas de divulgação voltada à menopausa de maneira educacional, realizadas por meios diferentes de comunicação (exemplo: internet, rádios e jornais) são ferramentas de acesso rápido e simples que promovem às mulheres a quebra de tabus, e o interesse de almejar efetivamente qualidade de vida em seu cotidiano, baseados tanto por meios tecnológicos, quanto por meio de amigos, familiares e também, na assistência nos programas de saúde da mulher implantados nas unidades da ESF, por profissionais capacitados (CORREIA et al., 2016).

A expectativa de vida longa desta população feminina confirma uma alta expressiva incidência de mulheres que passarão pela transição do climatério, a menopausa sendo necessárias ações de saúde pertinentes na terceira idade. Ampliando a atenção para as que estão acarretadas de desafios, com a prevenção adequada dos agravos oriundos desta fase, para melhoria da qualidade e expectativa de vida, aos desafios em busca de amplitudes inovadoras para os profissionais de saúde frente a uma etapa complexa (SOARES et al., 2012).

Temas em Saúde
Volume 16, Número 2
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

Artigo

Tabela 6 – Caracterização da amostra quantoos dados referentes ao objetivo

Fonte: Dados de pesquisa de campo, 2016.

Você sabe informar quais são as manifestações de sinais/sintomas desse período da vida da mulher	**Sim 100%**	**Se Sim, cite alguns, foram mencionados** **Angústia /Depressão:** 05 **Ausência da menstruação:** 20 **Diminuição do prazer sexual:** 10 **Dor durante a relação sexual:** 08 **Irritabilidade/Insônia:** 09 **Ondas de calor:** 24 **Infecção urinária de repetição:** 02 **Outro(s):** 05
	Não	**0%**
	Não quer responder	**0%**

A tabela 6 analisada apresenta resultado de 100% da amostra, com prevalência total do sim,ao serem questionadas sobre quais são as manifestações de sinais/sintomas desse período da vida da mulher. As afirmativas baseadas neste estudo sobre as alterações presentes de aspectos, fisiológicos, emocionais, são desencadeadas pelo processo associados ao hipo-estrogenismo ou, também, a fatores psicossociais. Como exemplo, menciona-se que a visão negativa que se tem sobre climatério e menopausa está comumente interligada ao conjunto de idéias de declínio e velhice (FREITAS et al., 2015).

As características de mudanças ocasionadas no processo da menopausa, a respeito das manifestações clínicas, destacam-se as de eventos fisiológicos, ausência do ciclo menstrual, infecção urinária de repetição, ondas de calor, diminuição do prazer sexual, dor durante a relação sexual, e as emocionais como irritabilidade, insônia, depressão, o

Temas em Saúde
Volume 16, Número 2
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

prejuízo no funcionamento físico, saúde mental e psicológica alteradas são sintomas presentes na maior parte das mulheres nessa fase. Essas alterações afetam a qualidade de vida e saúde, impossibilitando algumas delas de realizar suas atividades diárias, dificultando também os relacionamentos interpessoais e impactando consideravelmente na qualidade de vida (FERREIRA et al., 2015).

É importante a participação feminina na Estratégia Saúde da Família para reafirmar suas informações baseada em conteúdos biológicos, embasado em estudos científicos, que almejam a melhoria de aspectos de saúde mais complexos, com encontros que proporcione as mulheres participarem de maneira holística e fácil acesso, para que possa ultrapassar o "caráter didático" de somente transmitir informação. Torna-se ainda, necessário utilizar técnicas que considerem suas crenças, suas vivências e seus sentimentos (CORREIA et al., 2016).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O climatério é considerado como uma fase biológica do ciclo vital feminino de grande relevância, que compreende a transição entre o período reprodutivo e o não reprodutivo na vida da mulher. Enquanto que, a menopausa, é um marco dessa fase, correspondendo ao último ciclo menstrual.

O presente estudo teve como objetivo identificar a percepção das mulheres e suas repercussões envolvidas na fase climatérica e período menopausal, buscando investigar o nível de informações que esta população possui sobre a temática abordada. Tais achados expressam um déficit acerca do conhecimento teórico, fisiológico, biológico e cultural,

Temas em Saúde
Volume 16, Número 2
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

com conceitos em sua maioria inadequados, associados a tabus existentes nessa transição voltadas pela negatividade, interligados à sintomatologia manifestada durante a menopausa.

Das 27 participantes da pesquisa, 89% relataram que não sabiam informar o que significa climatério, apesar da maioria da amostra revelar o não significativo. Importante se faz destacar que, os relatos associados aos tabus comprovam a falta de conhecimentos e orientações adequadas que contribuam, para melhor adaptação dessa fase vivenciada por essas mulheres. Sobre a menopausa variável sim, obtiveram 70% da amostra, frente a 30% que não conheciam o significado da menopausa, então a maioria relataram que obtiveram informações do que é a menopausa.

O fato dessas mulheres em sua maioria afirmarem que não entendem o significado do climatério, diferente da maioria que relatam ser conhecedoras do período da menopausa, torna-se evidente a necessidade de implementar ações que revertam esses dados. Além disso, o profissional de enfermagem deve prestar uma assistência dentro das unidades de Estratégia Saúde da Família (ESF), que contemplem a saúde da mulher de modo integral, proporcionando mudanças no âmbito social e familiar.

Visto que as Unidades Básicas de Saúde é um dos principais campos de acesso adequados para promover a saúde da mulher, é imprescindível que as unidades formadoras possam se engajar, junto a classe feminina, de forma a realizar educação em saúde, através de campanhas educativas e preventivas para que seja possível minimizar os eventos ocorridos nessa fase, e consequentemente contribuir para melhoria da qualidade de vida.

Temas em Saúde
Volume 16, Número 2
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

REFERÊNCIAS

_____, Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. **Resolução nº 466/12.** Dispõe sobre pesquisa envolvendo seres humanos. Brasília – DF: CONEP, 2012.

_____. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Manual de atenção à mulher no climatério/menopausa. Brasília (DF); 2008.

ALMEIDA, Angélica Aparecida et al. A IMPORTÂNCIA DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NO PERÍODO DO CLIMATÉRIO. **Salão do Conhecimento**, v. 1, n. 1, 2015.

BOUZAS I, Braga C, Leão L. Ciclo menstrual na adolescência. AdolescSaude. 2010;7(3):59-63 DE MEDEIROS, Tainá et al. Conhecimento e percepção de mulheres quanto ao exame preventivo para o câncer de colo do útero. **Revista Brasileira de Educação e Saúde**, v. 5, n. 4, p. 09-16, 2015.

BRASIL, Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Politica Nacional de Atenção Básica. Brasília. Ministério da Saúde, 2012.

CORREIA, Ana Catarina; LAMAS, Maria Céu; OLIVEIRA, Rita Ferraz. Avaliação da terapêutica hormonal de substituição e das isoflavonas de soja na peri e pós-menopausa. In: **Actas de Gerontologia: Congresso Português de Avaliação e Intervenção em Gerontologia Social**. 2016.

DIAS, Bruna Émile Gualberto; LIMA, Eneida Coimbra. ADAPTAÇÃO AO CLIMATERIO E A AÇÃO DA ENFERMEIRA: ADAPTATION TO CLIMACTERIC AND NURSE ACTION. **Revista Enfermagem Integrada,** Ipatinga, v. 1, n. 1, p.25-38, 1 nov. 2008.

FERREIRA, Isabel Cristina Carqueijeiro; SILVA, Samara Santos; DE ALMEIDA, Renata Santiago. Menopausa, Sinais e Sintomas e seus Aspectos Psicologicos em

Temas em Saúde
Volume 16, Número 2
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

Artigo

Mulheres sem Uso de Reposição Hormonal.**Ensaios e Ciência: C. Biológicas, Agrárias e da Saúde**, v. 19, n. 2, 2015.

FREITAS, Eduarda Rezende et al. Educação em saúde para mulheres no climatério: impactos na qualidade de vida. **Reprodução & Climatério**, 2016.

FREITAS, R., Freitas, T., Ferreira Pinto, P., Vieira, d., Pereira, S., Royo, V., Viana, T., Crisóstomo, C., Borborema, I.. Contribuição do profissional farmacêutico na melhoria da qualidade de vida de mulheres climatéricas. **Gestão e Saúde**, 06 abr. 2015.

LOPES, Maria Emília Limeira et al. Assistência Á Mulher no Climatério: Discurso De Enfermeiras AssistanceToWomen In Menopause: Speech Of Nurses Asistencia A La MujerEn La Menopausia: Discurso De Enfermeras. **RevEnfermUfpeOnLine,** João Pessoa, v. 1, n. 7, p.665-671, 01 mar. 2013.

MARON, Luana et al. A assistência às mulheres no climatério: um estudo bibliográfico. **Revista Contexto & Saúde**, v. 11, n. 20, p. 545-550, 2011.

MINAYO, M. C. S. O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde. 9ª Ed. ver. E aprimorada. São Paulo: Hucites, 2006.

MIRANDA, Jéssica Steffanyet al. Qualidade de vida em mulheres no climatério atendidas na Atenção Primária. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 67, n. 5, p. 803-809, 2014.

RIBEIRO, Anelise Silva et al. AVALIAÇÃO DOS SINTOMAS E DA QUALIDADE DE VIDA DAS MULHERES NO CLIMATÉRIO DOI: http://dx. doi. org/10.5892/ruvrd. v13i1. 1837. **Revista da Universidade Vale do Rio Verde**, v. 13, n. 1, p. 48-65, 2015.

SILVA, V. L. S. et al. Fatores de estresse no último ano do curso de graduação em enfermagem: percepção dos estudantes. **Rev. Enferm.**, Rio de Janeiro, n. jan. 2011.

SOARES, RIGUETE DE SOUZA, G. et al. El vivir de lasmujeresenelclimaterio: revisión sistemática de la literatura. **Enfermería Global**, v. 11, n. 25, p. 440-450, 2012.

Temas em Saúde
Volume 16, Número 2
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2016

Artigo

SOUZA, Natalia Lemes Siqueira Aguiar; DE OLIVEIRA ARAÚJO, Claudia Lysia. Marco do envelhecimento feminino, a menopausa: sua vivência, em uma revisão de literatura. **Kairós. Revista da Faculdade de Ciências Humanas e Saúde. ISSN 2176-901X**, v. 18, n. 2, p. 149-165, 2015.

VALENÇA, Cecília Nogueira; GERMANO, Raimunda Medeiros. Concepções de mulheres sobre menopausa e climatério. **Revista da Rede de Enfermagem do Nordeste-Rev Rene**, v. 11, n. 1, 2012.

VELOSO, Laurimary Caminha; MARANHÃO, Regimara Maria Soares; LOPES, Vandelice Maria Lima Verde. Alterações biopsicossociais na mulher climatérica: uma revisão bibliográfica. **Revista Interdisciplinar**, v. 6, n. 3, p. 187-194, 2013.

VIDAL, Cláudia Rejane Pinheiro Maciel et al. Mulher climatérica: uma proposta de cuidado clínico de enfermagem baseada em ideias freireanas.**Rev Bras. enferm.[on-line]**, p. 680-4, 2012.