



A VIVÊNCIA DA MULHER NO CLIMATÉRIO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

CAROLINE CAIENE SABINO DA SILVA

RESUMO

O estudo objetivou-se entender a respeito do climatério e como as mulheres o vivenciam. O método utilizado trata-se de uma revisão integrativa da literatura, com busca na base de dados: a Base de Dados de Enfermagem (BDENF), Índice Bibliográfico em Ciências da La Salud (IBECS), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciência da Saúde (LILACS), medical Literature Analysis and Retrieval System online (MEDLINE), acessadas pela Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). A coleta deu-se em junho de 2022, resultando em 6 artigos como amostra final. Acredita-se que esse artigo contribuíra para novas perspectivas sobre a saúde da mulher. Conclui-se, que existe uma falta de conhecimento por parte das mulheres e pouca capacitação aos profissionais de saúde que as atende. Tornando-se necessário uma transmissão de conhecimento maior para que esse tema torne-se habitual no cotidiano.

Palavras-chave: Climatério; Qualidade de vida; Saúde da Mulher.

1 INTRODUÇÃO

As mulheres são as principais usuárias do sistema único de saúde (SUS). É essencial que a assistência prestada a elas contemple todas as fases de sua vida. Desde o nascimento até a velhice. O climatério é o período de transição entre a fase reprodutiva e não reprodutiva da mulher. É um processo fisiológico e não patológico. É uma fase onde as mulheres sofrem mudanças físicas e emocionais, que afetam sua vida social e emocional (MIRANDA; FERREIRA; CORRENTE, 2014).

O climatério tem-se início com a queda da função ovariana, levando ao declínio de alguns hormônios. As mulheres apresentam alguns sinais e sintomas como: irritação, ondas de calor, sudorese, estresse, esquecimento, depressão, cansaço, alterações sexuais, entre outros. A menopausa é um fator determinante no climatério, e consiste simplesmente na última menstruação. Sendo assim dá-se início a outro ciclo da vida da mulher (FREITAS; VASCONCELOS; SILVA, 2004).

Segundo os autores citados acima, as condições de vida das mulheres têm mudado bastante, hoje elas querem envelhecer o mais saudável possível. Essas mulheres procuram cada vez mais os serviços de saúde para entender as transformações que acontecem no seu corpo. Por tanto, essa pesquisa tem como intuito entender como as mulheres vivenciam o climatério.

Segundo Zampieri et al (2009), essas mulheres convivem com dúvidas a respeito das mudanças que essa nova fase trás. Elas buscam sanar essas questões no seio familiar ou com os profissionais da saúde. Essa fase pode ser vivida de uma forma saudável, desde que a mulher entenda que está passando por um processo de renovação e crescimento. Mulheres confiantes e com uma boa autoestima vivem esse período de uma maneira positiva. Já algumas acabam apresentando depressão, medo, ansiedade e solidão.

Assim, a fim de fomentar discussões a respeito dessa temática, o objetivo desse estudo é entender como as mulheres convivem com o climatério.

Portanto, o trabalho possui uma relevância social tanto para profissionais da saúde, como para a população em geral, por trazer subsídios teóricos e científicos no intuito de construir saberes a respeito desse tema.

2 MATERIAL E MÉTODOS

O presente artigo trata-se de uma revisão integrativa da literatura, descrito através de bases bibliográficas e tendo como foco e objetivo identificar, sintetizar e analisar pesquisas sobre um tema pré-estabelecido, de forma organizada e sistemática, contribuindo na facilitação do resumo sobre determinado assunto (SOUZA; SILVA; CARVALHO, 2010).

A coleta de dados deu-se em junho de 2022, utilizando as bases de dados: a Base de Dados de Enfermagem (BDENF), Índice Bibliográfico em Ciências da La Salud (IBECS), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciência da Saúde (LILACS), medical Literature Analysis and Retrieval System online (MEDLINE), acessadas pela Biblioteca Virtual em Saúde (BVS).

Os critérios de inclusão adotados para seleção dos estudos foram: artigos científicos, disponíveis na íntegra, publicados entre os anos de 2012 a 2022, no idioma português. Para a análise dos dados, foi realizada a leitura detalhada de títulos e/ou resumo de cada artigo encontrado, conforme critérios elegidos, com inteira observância da adequação com o tema norteador, obtendo assim amostra final de 6 artigos.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

De acordo com Figuerêdo Meira et al (2019), o climatério ou menopausa tem o poder de afetar o bem estar da mulher, acarretando problemas sexuais, emocionais e até urogenitais. Essas mulheres queixam-se de incontinência urinária, instabilidade emocional e diminuição da lubrificação. Interferindo assim na prática sexual.

Fonseca et al (2021), realizou um estudo com 99 mulheres, com idade entre 40 a 65 anos. Obtendo com resultado que 75,75% não conheciam o termo climatério. 85,85% não conheciam os seus sintomas. Demonstrando assim como é pouco conhecido esse período. Essas dúvidas e desinformação acabam interferindo na qualidade de vida das mulheres. 85,85% das participantes apresentam sentimentos de tristeza, infelicidade e depressão.

Para Silva et al (2021), essa fase da vida acarreta diversas mudanças hormonais e fisiológicas. A mulher pode apresentar prurido, ressecamento vaginal, ardência, disúria entre outros sintomas que acabam afetando sua qualidade de vida. A sexualidade da mulher no climatério está muito relacionada à como o parceiro lhe ver e acolhe durante esse período. A sexualidade não é somente a relação sexual em si, está ligado a inúmeras possibilidades como: carícias, masturbação, contato físico, sensualidade e muitos outros elementos. As mulheres que apresentam mais sintomas durante o climatério têm mais chances de desenvolver uma disfunção sexual.

Para Banaseski et al (2021), o climatério é um período desafiador e precisar ser entendido não só pelas mulheres como também por aqueles que estão ao seu redor e principalmente pelos profissionais de saúde. Os autores relatam que existe uma falta de transmissão de informação e capacitação desses profissionais.

Santos et al (2022), realizou uma pesquisa com sete mulheres que estão passando por essa fase. O climatério é um período difícil, além das mulheres passarem por sintomas, ainda tem-se uma necessidade do acolhimento familiar e dos profissionais de saúde. Através da pesquisa dos autores evidenciou-se que a consulta de enfermagem favorece a compreensão e uma nova perspectiva da mulher a esse novo ciclo.

Luz e Frutuoso (2021), realizou um pesquisa-intervenção através de oficinas com uma equipe de estratégia de saúde da família (ESF). Obtendo como resultado a falta de ações efetivas voltadas para esse grupo.

O climatério é uma fase que causa diversas alterações no corpo feminino, mas ainda muitas mulheres não sabem que estão passando por esse ciclo. E isso se dá principalmente porque essa temática não é muito difundida. Precisa-se de uma assistência integral que contemple todas as fases de suas vidas.

4 CONCLUSÃO

Identificou-se, a partir dessa pesquisa, que embora o climatério seja algo que existe desde os primórdios de vida, existe uma lacuna muito grande no seu conhecimento. As mulheres que passam por esse processo, uma grande parcela não compreende essas mudanças ou nunca ouviram sequer falar dessa temática.

Existe uma carência muito grande na transmissão das informações. Essas mulheres acabam passando por esse período de forma solitária. Acarretando problemas tanto para seu bem estar físico como mental.

Faz-se necessário, ao considerar que as mulheres são a maioria da população mundial e as maiores usuárias do Sistema Único de Saúde, uma capacitação continuada nesta área para os profissionais, assim também como uma propagação dessa informação de uma maneira mais precisa e que de fato atinja todas as mulheres.

REFERÊNCIAS

BANAZESKI, Ana Claudia et al. PERCEPÇÕES DOS ENFERMEIROS SOBRE CUIDADOS CLIMÁTICOS* PERCEPÇÕES DOS ENFERMEIROS SOBRE CUIDADOS CLIMÁTICOS* PERCEPÇÕES DOS ENFERMEIROS SOBRE CUIDADOS CLIMÁTICOS. **J Enfermeiras UFPE on line** , v. 15, pág. e245748, 2021.

DA SILVA, Glauciane Rego Rodrigues et al. ASPECTOS QUE INFLUENCIAM A VIVÊNCIA DA SEXUALIDADE PELA MULHER CLIMATÉRICA. **Revista Rede de Cuidados em Saúde**, v. 15, n. 2, 2021.

DA SILVA FONSECA, Gabriele Malaquias et al. Prevalência das disfunções sexuais no período do climatério em uma clínica especializada na saúde da mulher em Caruaru/PE. **Fisioterapia Brasil**, v. 22, n. 1, p. 72-85, 2021.

DE FREITAS, Kerma Márcia; DE VASCONCELOS SILVA, Ângela Regina; DA SILVA, Raimunda Magalhães. Mulheres vivenciando o climatério. **Acta Scientiarum. Health Sciences**, v. 26, n. 1, p. 121-128, 2004.

FIGUERÊDO MEIRA, Laís et al. Função sexual e qualidade de vida em mulheres climatéricas. **Fisioterapia Brasil**, v. 20, n. 1, 2019.

LUZ, Milene Mori Ferreira; FRUTUOSO, Maria Fernanda Petrolí. O olhar do profissional da Atenção Primária sobre o cuidado à mulher climatérica. **Interface-Comunicação, Saúde, Educação**, v. 25, 2021.