

ALTERAÇÕES BIOPSIKOSSOCIAIS DA MULHER NO CLIMATÉRIO

Psychological, social and biological alterations in the climacteric woman

Artigo original

RESUMO

Durante muito tempo, a compreensão e o tratamento dos sintomas e transtornos do climatério eram atribuídos às modificações de ordem física com reflexos emocionais. Assim procurou-se identificar as alterações biopsicossociais mais frequentes no climatério, visando à adequação e eficácia das intervenções de enfermagem. É um estudo de caráter exploratório e descritivo, tendo como enfoque principal, conhecer e contribuir para a solução dos problemas de um grupo de mulheres no climatério. A coleta de dados foi realizada através de entrevistas, das quais participaram 36 mulheres na fase do climatério e pós-climatério que freqüentavam o Centro de Saúde da rede pública, em Fortaleza – CE, selecionadas nas consultas de Enfermagem, durante os meses de novembro de 2001 a janeiro de 2002. Constatamos que 25 das mulheres disseram sentir irritabilidade, 23, fadiga; 22, ansiedade, 19, diminuição da libido; 21, estresse, 20, insônia e, 20, depressão. Por outro lado, percebemos que 24 mulheres sentiram mudanças diversas relacionadas ao companheiro, indicando a frigidez sexual do casal, abuso e isolamento do parceiro e diminuição da libido, associadas aos desconfortos no ato sexual. Além disso, observamos nos depoimentos que somente 05 mulheres entendiam que o climatério é uma fase de cuidados e tratamentos, enquanto 24 demonstraram total desconhecimento sobre o assunto. Isto nos leva a concluir que há deficiência de informações nos serviços de saúde e que, na prática de Enfermagem, devem ser implementadas medidas de prevenção e atenção às mulheres climatéricas, com base nas suas percepções e experiências, para ajudá-las a superar as dificuldades da situação.

Descritores: Mulher; Climatério; Enfermagem.

ABSTRACT

During a long time, the understanding and the treatment of the symptoms and upset of the climacteric were attributed to the modifications of physical order with emotional reflexes. This work tried to identify the most frequent psychological, social and biological alterations in the climacteric, seeking to the adaptation and effectiveness of the nursing interventions. It is a study of exploratory and descriptive character that tends, as main focus, to know and to contribute for the solution of the problems of the group of the climacteric women. The collection of data was accomplished through interviews, of the which took part in 36 women in the climacteric and post-climacteric phases that frequented the Center of Health, in Fortaleza–CE, selected in the consultations of nursing during the months of November of 2001 to January of 2002. We verified that 25 of the women said to feel irritability, 23, feel fatigues; 22, anxiety, 19, decrease of the libido; 21, stress, 20, insomnia and, 20, depression. On the other hand, we noticed that 24 women felt several changes related to the companion, indicating the couple's sexual frigidity, abuse and the partner's isolation and decrease of the libido, associated to the discomforts in the sexual act. Besides, we observed in the depositions that only 05 women understood that the climacteric is a phase of cares and treatments, while 24 demonstrated total ignorance on the subject. This in the group to end that there is deficiency of information in the services of health and that, in practice of nursing, prevention measures and attention should be implemented to the climacteric women, with base in their perceptions and experiences, for help them to overcome the difficulties of the situation.

Descriptors: Women; Climacteric; Nursing.

Raimunda Magalhães da Silva ⁽¹⁾
Cristiana Belchior de Araújo ⁽²⁾
Ângela Regina de Vasconcelos
Silva ⁽³⁾

¹⁾ Enfermeira, Doutora em Enfermagem e Coordenadora do Mestrado de Educação em Saúde da UNIFOR e colaboradora do Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da UFC.

²⁾ Acadêmica do 8º semestre do curso de Enfermagem da Universidade Federal do Ceará – UFC

³⁾ Enfermeira, Profª Mestre do curso de Enfermagem da Universidade de Fortaleza – UNIFOR.

Recebido em: 30.10.2002

Revisado em: 02.11.2002

Aceito em: 10.04.2003

INTRODUÇÃO

Os estudos sobre a mulher no climatério alcançaram uma nova dimensão, com ênfase à dependência e interrelação dos fatores biológicos e psicossociais. Até a algum tempo, a compreensão e o tratamento dos sintomas e transtornos do climatério eram atribuídos, apenas, às modificações de ordem física com reflexos emocionais.

O climatério é definido como um período de transição entre os anos reprodutivos e não-reprodutivos da mulher, que acontece na meia-idade. É caracterizado por alterações metabólicas e hormonais que, muitas vezes, podem trazer mudanças envolvendo o contexto psicossocial.

Copeland¹⁾ define o climatério como o processo de envelhecimento em que há transição da fase reprodutora da vida para a não reprodutora. Vaisman²⁾ complementa que é um período no qual há mudanças hormonais que se acompanham de alguns sintomas mais ou menos severos e desconfortáveis e que vão prolongar-se até tempos depois do fim da menstruação.

Por isso, Silva³⁾ ressalta que muitos dos aspectos revelados pelas mulheres, próprios da fase do climatério permitem vislumbrar alguns horizontes para os profissionais de saúde empenhados em aproximarem-se da mulher climatérica, na busca de compreendê-la sob um prisma holístico, contemplando sua humanidade e totalidade de ser humano.

Halbe⁴⁾ acrescenta que, na maioria das mulheres, essa fase ocorre de forma assintomática ou oligossintomática. Na opinião de Plantureux⁵⁾ inúmeros sintomas como ondas de calor, insônia, irritabilidade, insegurança, diminuição do desejo sexual, depressão, aumento do surgimento da osteoporose e doenças cardiovasculares, melancolia, angústia, solidão entre outros podem ser observados. Esses sintomas ocorrem em, aproximadamente, 75% a 80% das mulheres. Lopes⁶⁾ acrescenta que há um aumento da incidência de sintomas depressivos no climatério. Tais ocorrências trazem desconfortos à mulher, afetando, inclusive sua vida sexual e o relacionamento conjugal e familiar.

Essas transformações são normais dessa fase, levando muitas mulheres a passar por problemas como preocupações mais intensas, ansiedade excessiva, depressão, mal-estar, irritabilidade, insônia, medo da velhice, sensação de inutilidade, entre outros. Acredita-se que estes sintomas e alterações dependem da história de vida de cada mulher. A principal atitude do profissional de saúde diante da mulher climatérica, deve ser preventiva, mediante a promoção do esclarecimento e do autoconhecimento, tendo em vista a preparação dessa mulher para enfrentar e superar as modificações e transtornos que possam ocorrer.

Já a menopausa, segundo Bagnoli⁷⁾ é definida como o período do último ciclo menstrual quando há a cessação completa, ou permanente da menstruação, considerado após um ano de amenorréia. Esta parada ocorrerá, inexoravelmente, e é determinada geneticamente, não podendo ser evitada. Pode ainda, acontecer de forma não-natural, de acordo com Pinotti⁸⁾, através de intervenção cirúrgica, ao se realizar ooforectomia bilateral associada, ou não a histerectomia.

Para Landerdahl⁹⁾, o climatério é carregado de conotações negativas que são totalmente ignoradas e negligenciadas por muitas pessoas na sociedade, restringindo-se a uma fase triste, sofrida que lembra o envelhecimento. São também, atribuídos vários significados para as mulheres, especialmente, da perda da juventude, das potencialidades, da beleza e até do desejo sexual e do respeito da sociedade, dependendo do tipo de cultura em que vivem.

Diante dos problemas do climatério, o profissional de enfermagem deve refletir e buscar uma percepção geral das mudanças e sintomas dessa fase, a fim de construir, junto às mulheres, um trabalho participativo que propicie educação e suporte emocional. É preciso compreender e vivenciar uma assistência holística, considerando sua realidade social, econômica, cultural, educacional e emocional.

Tendo como objeto de estudo a compreensão da problemática que envolve a mulher climatérica, questiona-se: Como as mulheres vivenciam o climatério? Quais são as alterações mais presentes consideradas relevantes? Como a enfermagem poderá contribuir para um atendimento mais adequado e eficaz? Com esses questionamentos, pretende-se buscar respostas e formas de atuação que possam contribuir para amenizar as agruras vivenciadas pelas mulheres, como também, subsidiar de forma científica e tecnológica, a assistência de enfermagem.

É importante registrar que as mulheres climatéricas são negligenciadas no atendimento de Saúde Pública, o qual deve ser direcionado às suas prementes necessidades de orientação e ao desenvolvimento de um programa de atenção que contemple a troca de informações e as experiências vividas e permitam acesso aos meios disponíveis, para que elas alcancem a autovalorização e a auto-estima, fundamentais para o resgate do bem-estar e de vida longa, digna e saudável.

Para tanto, procurou identificar as alterações biopsicossociais mais freqüentes no climatério, visando à adequação e eficácia das intervenções de enfermagem.

MÉTODOS

O estudo é de caráter exploratório e descritivo, tendo como enfoque principal, conhecer e contribuir para a solução

dos problemas de um grupo de mulheres no climatério e, ao mesmo tempo, retratar as características das mulheres quanto as situações vivenciadas no cotidiano e da frequência com que ocorrem determinados fenômenos. A presente proposta tem relação com a importância da atuação de enfermagem na avaliação, acompanhamento e encaminhamento dessas mulheres, com alterações biopsicossociais.

Participaram 36 mulheres que freqüentavam o Centro de Saúde do serviço público, localizado no bairro Rodolfo Teófilo em Fortaleza – CE, selecionadas nas consultas de Enfermagem, marcadas no turno da tarde, durante os meses de novembro de 2001 a janeiro de 2002. Para a seleção da amostra, considerou-se os seguintes critérios: mulheres que apresentassem disponibilidade e aceitação para responder voluntariamente a entrevista, mulheres que apresentassem as alterações psicossociais e mulheres na faixa etária de 35 a 65 anos, independentemente de crenças, procedências, nível socioeconômico ou educacional.

Para a coleta de dados usou-se a entrevista semi-estruturada e com perguntas direcionadas para o objetivo do estudo: O que a senhora sabe sobre o climatério? Quais as mudanças que a senhora percebeu nessa fase? A senhora percebeu alguma diferença no relacionamento com as pessoas? O que a senhora sugere à assistência de enfermagem para melhorar a qualidade de atendimento no climatério para as mulheres? O que a senhora faz para viver melhor essa fase? As mudanças interferiram no relacionamento sexual com seu parceiro?

A entrevista foi organizada a partir de uma ordem preestabelecida pela entrevistadora, utilizando a liberdade e o tempo das entrevistadas, mas dando-lhes possibilidade para discorrer sobre o tema proposto.

As informações obtidas foram anotadas, detalhadamente, pela pesquisadora para uma avaliação descritiva das informações fornecidas pela entrevistada. No decorrer da entrevista, as mulheres foram orientadas sobre as dúvidas e preocupações e, conforme as necessidades encontradas, foram encaminhadas para o serviço especializado.

As informações colhidas, após a leitura e avaliação, foram agrupadas e organizadas em categorias de acordo com a similaridade das alterações psicossociais. Para facilitar a análise, os resultados foram apresentados em gráficos e tabelas e em agrupamento de falas.

Obedecendo ao que determina a resolução 196/96 sobre a pesquisa em seres humanos, os aspectos éticos foram obedecidos, explicando-se inicialmente, a cada entrevistada, os objetivos da pesquisa, respeitando sua livre participação e mantendo-se seu anonimato⁽¹⁰⁾.

Foi solicitada, mediante encaminhamento de síntese do projeto, autorização formal dos dirigentes da instituição de

saúde na qual a pesquisa foi realizada, bem como ao Comitê de Ética da Pesquisa Clínica do Complexo Hospitalar da Universidade Federal do Ceará.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Caracterização da amostra

De acordo com os dados de identificação, constatou-se que, das 36 mulheres entrevistadas, 7 tinham menos de 50 anos, 18 estavam na faixa etária de 51 a 60 e 11 tinham idade superior a 60 anos. Quanto ao grau de instrução foi visto que 4 eram analfabetas, 19 tinham o 1º grau incompleto, 11 o 1º grau completo e apenas 2 tinham o 2º grau completo.

Identificamos que 22 eram casadas, 9 eram viúvas e 5 disseram-se solteiras, separadas ou desquitadas e a maioria (72%) tinha renda familiar mensal de 1 a 2 salários mínimos.

Foi constatado que, 27 mulheres cessaram a menstruação antes dos 52 anos, concordando com Smeltzer & Bare (2000)¹¹ para quem a maioria das mulheres experimentam a menopausa entre os 48 e 52 anos de idade, podendo variar de mulher para mulher e ocorrendo por volta dos 42 aos 55 anos; 7 das entrevistadas fizeram histerectomia e 9 faziam uso de Terapia de Reposição Hormonal (TRH). Vaisman (2001)² salienta a importância dessa reposição para o alívio de muitos sintomas desagradáveis como ondas de calor, suores noturnos, ressecamento vaginal, irritabilidade e alteração de humor com aumento da tendência depressiva.

Significado do climatério

Tabela I - Significado do climatério para as mulheres entrevistadas

| Significados | Nº |
|---|----|
| É o mesmo que menopausa. | |
| Acho que é a menopausa, quando a gente sente os calores e o suor no corpo. | 7 |
| É o tratamento da menopausa. É um período normal da vida da mulher e requer cuidados, exames e acompanhamento médico. | 5 |
| Não sei dizer. | 24 |
| Total | 36 |

Nos depoimentos, observamos que somente 5 mulheres entendiam que o climatério é uma fase de cuidados e tratamentos, enquanto 24 demonstraram total

desconhecimento sobre o assunto. Isto nos leva a crer que há deficiência de informações, ou ensinamentos nos serviços de saúde que lhes prestam assistência, nesta fase de vida.

A este respeito, Silva⁽³⁾ recomenda que na prática de Enfermagem devem ser implementadas medidas de prevenção e atenção às mulheres climatéricas, com base nas suas percepções e experiências, para ajudá-las a superar as dificuldades com a situação.

Embora a maioria das mulheres participante do estudo tenha afirmado estar passando por mudanças em suas vidas, do tipo alterações do corpo e da saúde, não souberam associá-las ao climatério. Isto coincide com Silva⁽³⁾, quando afirma que a palavra climatério era desconhecida pela maioria das mulheres; algumas falaram na menopausa como sendo o climatério e outras não associavam suas queixas à transição pela qual passavam neste período da vida

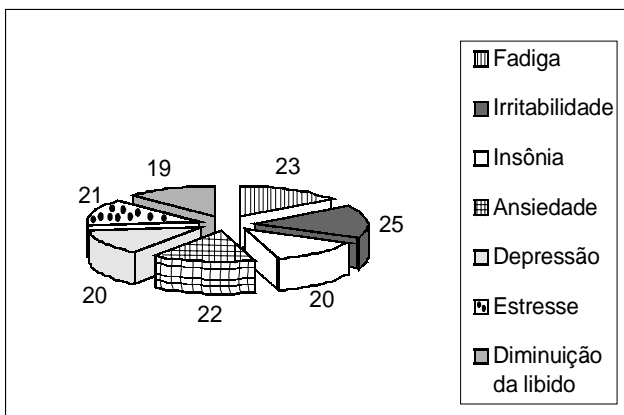


Figura 1 - Alterações psicossociais percebidas e sentidas pelas mulheres.

Com relação às alterações psicossociais sentidas pelas entrevistadas, constatamos que 25 das mulheres disseram sentir irritabilidade; 23, fadiga; 22, ansiedade; 19, diminuição da libido; 21, estresse; 20, insônia e, 20, depressão. Bastos (1998)¹² diz que cerca de 60% das mulheres sentem fadiga que pode estar associada a hiperexcitabilidade ou sonolência. Adashi & Hillard (1998)¹³ acrescentam que as queixas mais frequentes no climatério são a ansiedade e a irritabilidade, conseqüências da deficiência de estrogênio, mas está claramente associada a fatores psicossociais. Ainda, estes autores, relatam que a menopausa pode ser vista como uma transição da meia-idade para a senilidade que, para muitas, causa o sentimento de negação, estresse, diminuição da libido, preocupação e insônia. A depressão pode estar mais relacionada às alterações do relacionamento com os filhos, estado conjugal e outros eventos da vida.

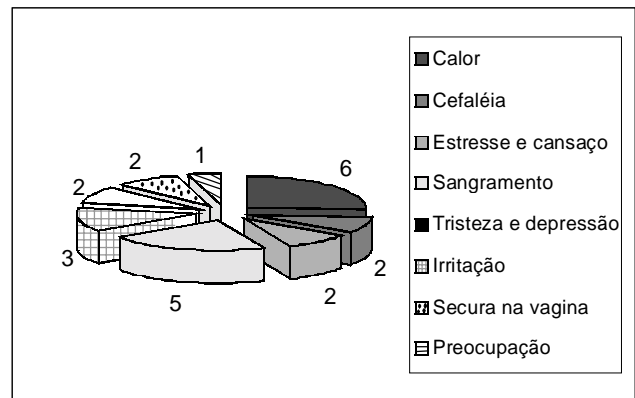


Figura 2 - Alterações que mais incomodam a mulher no climatério

Do total de mulheres entrevistadas, 23 disseram sentir alguma alteração que considerava significativa e que modificava sua maneira de ser e sua saúde. 8 disseram ser a cefaléia, estresse, cansaço, irritação e a secura vaginal, 6 se reportaram as ondas de calor e que eram insuportável para algumas mulheres enquanto outras agiam naturalmente, 5 eram incomodadas com o sangramento em excesso mas reconheciam que podia ser indícios da menopausa, 3 afirmaram que era a tristeza e a depressão e, apenas 1, falou da preocupação vivenciada no seu cotidiano. Durante à entrevista ficou evidente a sensibilidade emocional apresentada pelas mulheres na forma de lastimações, preocupações e choro.

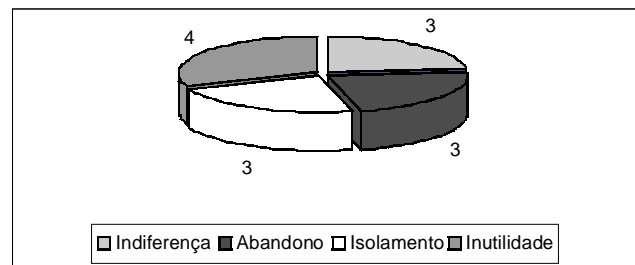


Figura 3 - Alterações no relacionamento social

Concordando com Landerdahl⁽⁹⁾, o climatério é ignorado e negligenciado por muitas pessoas na sociedade, tais como filhos, netos, parentes e amigos, restringindo-o a uma fase triste que lembra o envelhecimento. Encontramos que 4 mulheres acharam-se mais velhas e inúteis e 9 referiram indiferença, abandono e isolamento das pessoas. Nesse período, segundo Landerdahl⁽⁹⁾, cessa a fertilidade, os filhos já cresceram e não mais dependem da mãe e, como conseqüência, a mulher vai sentir-se desvalorizada, depreciada e inútil.

Tabela II: Relacionamento conjugal

| Diferenças no Relacionamento | Nº |
|------------------------------|----|
| O relacionamento não mudou | 10 |
| Dor/ardência na vagina | 8 |
| Abuso do companheiro | 6 |
| Frieza da mulher | 5 |
| Frieza do companheiro | 3 |
| Não sente mais prazer | 3 |
| Isolamento do companheiro | 1 |
| Total | 36 |

Ferreira⁽¹⁴⁾, comenta que as alterações anatomofuncionais originam mudanças, em consequência dos fenômenos atrofícos geniturinários, tais como dor, ardência e ressecamento vaginal, menor interesse pelo companheiro e a diminuição do desejo sexual. Constatou-se que 24 mulheres afirmaram que sentiram mudanças diversas relacionadas ao companheiro, como a frigidez sexual do casal, abuso e isolamento do parceiro e diminuição da libido, associadas aos desconfortos no ato sexual. Adashi & Hillard⁽¹³⁾, complementam dizendo que a atrofia vaginal e o desconforto sexual são fatores que podem contribuir para a diminuição da satisfação sexual.

Daoud⁽¹⁵⁾, afirma que, nessa fase, há mais necessidade de informações e orientações, mas as mulheres recebem pouca atenção do sistema de saúde. Esse fato é comprovado por dezenove das entrevistadas que perceberam a necessidade de orientação no momento da consulta; nove mulheres propuseram folhetos explicativos e todas sugeriram revistas, gibis, pôsteres, palestras, entre outros meios de informação.

Tabela III: Sugestões das mulheres para a assistência de enfermagem

| Sugestões para Assistência de Enfermagem | Nº |
|--|----|
| Orientação nas consultas | 19 |
| Folhetos explicativos | 9 |
| Palestras | 7 |
| Pôsteres | 6 |
| Revistas, gibis | 4 |
| Entrevista | 2 |
| Não sugeriram nada | 1 |
| Não soube responder | 1 |
| Total | 49 |

Das 36 mulheres entrevistadas, 31 disseram que durante uma consulta sobre climatério nunca foram atendidas por um

profissional de enfermagem que lhe prestasse informações sobre essa fase, o que poderia ter contribuído, de maneira efetiva, para sua melhor adaptação a esta fase, pois é através da educação, da compreensão e da manutenção da saúde que podem obter melhoria da qualidade de vida.

No que diz respeito às dúvidas sobre o climatério, nove mulheres demonstraram interesse em conhecer a Terapia de Reposição Hormonal – TRH; 3 sobre os sinais e sintomas que surgem nessa fase e 6 tinham dúvidas sobre a diferença entre climatério e menopausa, enquanto 18 disseram não ter dúvidas sobre o assunto.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Considerando que o climatério é uma fase que ocorre na vida da mulher permeada de preconceitos e tabus e que pode trazer-lhe desconfortos e sintomas desagradáveis, dentre as quais alterações psicossociais e fisiológicas, é necessário melhor compreensão dos profissionais de saúde da complexidade existencial da mulher nesta fase.

Percebemos que as mulheres pesquisadas têm pouco conhecimento sobre o climatério e que, em a maioria, experimentam problemas emocionais e dificuldades em vivenciar sua sexualidade. O papel da Enfermagem, sem dúvida, é propiciar orientação, informação e educação adequadas como forma de prevenir ou superar as alterações desagradáveis de comportamento e mudanças ocorridas tanto no âmbito pessoal como no familiar.

Com vista à melhoria da saúde da mulher no climatério é necessário atentar para os problemas na sua totalidade, pois a saúde depende de fatores físicos, psicológicos e sociais, além de fatores externos e culturais como os valores e as condições de vida.

Constatamos que na prática de Enfermagem devem ser implementadas ações de educação em saúde usando prevenção de riscos e à promoção de saúde, com base nas percepções e experiências das mulheres. As ações podem ser desenvolvidas em grupo ou individualmente considerando as peculiaridades, diferenças e a complexidade que envolve o comportamento de cada pessoa.

REFERÊNCIAS

01. Copeland LJ. Tratado de Ginecologia. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 1996. 1151p.
02. Vaisman S. Mulheres e Seus Hormônios: Uma Forma de Retardar o envelhecimento. São Paulo: Mandacaru; 2001. 187 p.
03. Silva ARV. Sexualidade no Climatério: vivências e sentimentos da mulher [dissertação de mestrado]. Fortaleza: UFC.; 2002.

-
04. Halbe HW. Tratado de Ginecologia. 2ª edição. São Paulo: Roca; 1998;(1). 998 p.
 05. Plantureaux G. Cadernos de Enfermagem – Ginecologia. 2ª edição. Rio de Janeiro: Masson; 1981. 151 p.
 06. Lopes GP. Sexualidade no Climatério. São Paulo: Sociedade Brasileira do Climatério (SOBRAC); 2001; Disponível em : URL: <http://www.climaterio.com.br>.
 07. Bagnoli VR, et. al. Ginecologia Endócrina e Climatério – Procedimento. 1ª edição. São Paulo: Sarvier; 1995. 66 p.
 08. Pinotti R, Halbe HW, Hegg JÁ. Menopausa. 1ª edição. São Paulo: Roca; 1995. 355 p.
 09. Landerdahl MC. Buscando Novas Maneiras de Pensar o Climatério Feminino. Revista Texto e Contexto – Enfermagem. 1997; 1(1):1-347.
 10. Fortes PAC. Ética e Saúde: questões éticas, deontológicas e legais, tomada ou decisões, autonomia e direitos do paciente. Estudo de casos. São Paulo: E.P.U.; 1998. 119 p.
 11. Smeltzer SC, Bare BG. Tratado de Enfermagem Médico-Cirúrgica. 8ª edição. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 2000.
 12. Bastos AC. Ginecologia. 10ª edição Revista e Atualizada. São Paulo: Atheneu; 1998. 411p.
 13. Adashi EY, Hillard PA, Berek JS. Tratado de Ginecologia. 12ª edição. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 1998. 965 p.
 14. Ferreira JAS. A Perimenopausa. São Paulo: Sociedade Brasileira do Climatério (SOBRAC); 2001; Disponível em : URL: <http://www.climaterio.com.br>.
 15. Daoud IG. Encontros e Desencontros das Mulheres Climatéricas que buscam assistência em serviço do Sistema Único de Saúde. Revista Enfermagem – UERJ. 2002; 10(1): 33-37.

Endereço para correspondência:

Profª. Drª. Raimunda Magalhães da Silva
Av. Washigton Soares, 1321, Edson Queiroz
Bloco S, Sala S-01, CEP: 60811 – 905
e-mail: rmsilva@unifor.br