

QUALIDADE DE VIDA NO CLIMATÉRIO E MENOPAUSA: PROJETO DE EXTENSÃO “BEM ESTAR MULHER”

Área temática: Saúde

Coordenação da ação: Bárbara Correia Neves Sabino¹

Autores: Carolina Leão de Moraes², Ellen Portilho de Souza³, Júlia Anholetti

Gonçalves², Raiene Sara Cardoso Pereira³

RESUMO: Qualidade de vida (QV) é um conceito que vem sendo relacionado com bem-estar psicológico, físico, social e ambiental. O objetivo deste estudo consistiu em avaliar a QV de mulheres no climatério a partir da aplicação do questionário WHOQOL-Bref em 36 participantes do projeto de extensão Bem Estar Mulher, desenvolvidos pelas Faculdades de Medicina e Psicologia da Universidade de Rio Verde. A maioria das participantes (66,67%) tinham idade menor ou igual a 50 anos. Os resultados referentes à Qualidade de Vida avaliada pelo instrumento indicaram que o domínio do meio ambiente apresentou menor satisfação dos participantes ($x = 3,03$), seguido do domínio psicológico ($x = 3,24$). Todos os domínios avaliados apresentaram resultados médios com valores entre 3 e 4, correspondente na Escala *Likert* como Regular. A investigação da qualidade de vida no climatério e menopausa pode guiar o planejamento de ações interventivas, preventivas e políticas públicas, de forma geral.

Palavras-chave: climatério, menopausa, saúde da mulher, qualidade de vida, whoqol-bref

1 INTRODUÇÃO:

A qualidade de vida (QV) é um construto subjetivo e multifatorial que vem sendo vinculado ao grau de satisfação encontrado na vida familiar, amorosa, social e ambiental. Assim, refere-se à capacidade de sintetizar de forma cultural elementos relacionados ao conforto e bem-estar (MINAYO, HARTZ & BUSS, 2000).

De acordo com Campos e Neto (2008) a QV vem sendo utilizada por clínicos, pesquisadores, economistas, administradores e políticos, por ser considerada uma medida de impacto em saúde e, portanto, a fim de medir diretamente a saúde dos indivíduos, instrumentos estruturados vêm sendo desenvolvidos e testados, sendo capazes de reconhecer os estados de bem-estar físico, mental e social dos sujeitos.

Totalizando mais de 98 milhões de mulheres, a população feminina brasileira, compõe as principais usuárias do Sistema Único de Saúde (SUS), tanto para seu próprio atendimento, quanto para atendimento à seus familiares. Em função disso, fatores relacionados ao climatério vivenciado pelas mulheres estão cada vez mais presentes, demandando estratégias que visem melhorar a qualidade de vida nessa fase (MIRANDA, FERREIRA & CORRENTE, 2014).

¹ Mestre em Saúde, Interdisciplinaridade e Reabilitação, Faculdade de Medicina da Universidade de Rio Verde – nevesbarbara@hotmail.com

²Acadêmicos - Faculdade de Medicina da Universidade de Rio Verde

³Psicóloga, Núcleo Contexto Psicologia

Em relação ao climatério, este é caracterizado pelo aparecimento de eventos fisiológicos em resposta a diminuição da função ovariana. Dentre as manifestações clínicas, os sintomas mais comuns são fogachos, palpitações, cansaço e ressecamento de pele. No entanto, fatores psicológicos como insônia e depressão, também podem ser manifestados. A longo prazo, podem surgir manifestações referente a osteoporose e doenças cardiovasculares (SERPA, LIMA, GUIMARÃES, CARRILO, COURA-VITAL & VELOSO, 2016).

Frente a esse contexto, diversos autores discutem a relação negativa desse período do ciclo vital feminino com a qualidade de vida. De acordo com Netto e Gorayeb (2005) o climatério traz além de transformações biológicas, mudanças psicológicas e sociais na vida da mulher, salientando a influência de fatores sociais, culturais e econômicos na forma como ela irá vivenciar esse período.

Miranda, Ferreira e Corrente (2014) ressaltam que uma nova abordagem vem sendo proposta, considerando a importância de uma escuta qualificada integrada às intervenções clínicas, a fim de identificar fatores psicológicos relacionados ao envelhecer que auxiliem nos efeitos decorrentes do esgotamento hormonal.

Este trabalho apresenta parte dos resultados obtidos durante o projeto de extensão Bem Estar Mulher (BEM), cujo objetivo foi acolher, realizar assistência e educação em saúde para mulheres de uma comunidade carente e avaliar a qualidade de vida das participantes bem como identificar variáveis associadas à QV. **2**

DESENVOLVIMENTO:

Esse estudo integra o projeto Bem Estar Mulher, o qual foi aprovado pela Câmara de Extensão e Cultura da Universidade de Rio Verde e pelo Comitê de Ética em Pesquisa da referida instituição, com o número de parecer 2.673.544. Durante a ação de extensão Bem Estar Mulher, todas as participantes receberam orientações acerca das alterações físicas e psíquicas decorrentes do climatério, além de receberem uma cópia do “Manual da Mulher no Climatério”, o qual foi adaptado da cartilha de Rodolpho e Hoga (2014). Os profissionais e acadêmicos de medicina, psicologia e enfermagem presentes ofereceram acolhimento, orientações e encaminhamentos para as participantes.

Todas as participantes foram informadas sobre a pesquisa e assinaram um termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE).

Este resumo trata-se de um recorte descritivo composto por uma amostra de conveniência de mulheres na faixa etária de 35 a 65 anos de idade. Durante a

realização do projeto foram aplicados questionários de avaliação socioeconômica, perfil clínico, QV, problemas e percepção de saúde. Os dados obtidos através da triagem (pressão arterial, glicemia, peso, altura e circunferência abdominal) foram registrados juntamente com os questionários de cada participante. Aquelas que apresentaram resultados alterados foram encaminhadas para serviços médicos especializados.

Além disso, participantes que demonstraram interesse em atendimento psicológico foram orientadas a procurarem a clínica escola da universidade, sendo informado sobre a frequência e gratuidade do serviço. Todas as análises estatísticas foram executadas utilizando os *softwares* Microsoft Office Excel 2010 e IBM SPSS 22.

Para a avaliação da QV foi utilizado o questionário da Organização Mundial de Saúde (OMS), o WHOQOL-bref, o qual contem 26 perguntas, sendo duas perguntas sobre qualidade de vida geral e as outras 24 referente a 4 domínios. Os domínios avaliados são: físico (dor e desconforto, energia e fadiga, sono e repouso, mobilidade, atividades da vida cotidiana, dependência de medicação/tratamento, capacidade de trabalho), psicológico (sentimentos positivos, pensar/aprender/memória/concentração, auto-estima, imagem corporal/aparência, sentimentos negativos, espiritualidade/religião/crenças pessoais), relações sociais (relações pessoais, suporte social, atividade sexual) e meio ambiente (segurança física/proteção, ambiente no lar, recursos financeiros, cuidados de saúde, novas informações/habilidades, recreação/lazer, ambiente físico, transporte).

Cada domínio é composto por questões com pontuações das respostas que variam entre 1 a 5. O instrumento é autoaplicável, porém, neste estudo, optouse por entrevista direta, por pouco conhecimento do nível de escolaridade das participantes e possíveis dificuldades na leitura e interpretação dos itens.

3 ANÁLISE E DISCUSSÃO:

Participaram do projeto 36 mulheres com média de idade de 50 anos, sendo 61,11% casadas, 64,89% com ensino fundamental completo e 77,78% não realizam trabalho remunerado. A tabela 1 apresenta as manifestações clínicas mais relatadas pelas participantes.

Tabela 1. Manifestações clínicas do climatério

Manifestação	N	%
Estado menopausal	21	58,33%
Cefaléia	25	69,44%
Incontinência urinária	15	41,67%
Insônia	20	55,55%
Nervosismo/ Irritabilidade	29	80,55%

Ondas de calor	24	66,67%
Sudorese	21	58,33%

Frente a tais resultados, ressalta-se a alta porcentagem da prevalência de nervosismo e irritabilidade, dados que podem influenciar diretamente a QV das participantes. Em relação às manifestações de origem psicológica, Lorenzi, Danelon, Saciloto e Padilha-Jr (2005) afirmam que dificuldades cognitivas, instabilidade emocional e humor depressivo vêm sendo relacionados ao climatério.

As discussões acadêmicas perpassam pelo questionamento da decorrência desses fatores, avaliando além da carência estrogênica, possíveis fatores psicossociais, sobretudo, a percepção do processo de envelhecimento. Dessa forma, fatores socioculturais e psicológicos apresentam influência na aceitação e modulação da resposta aos sintomas do climatério.

Além disso, a visão do climatério e da menopausa relacionada a questões sobre reprodução e envelhecimento, afeta a maneira como as mulheres vivenciam esse período, tornando a fase temerosa, o que inclui correlações com o fim da sexualidade e da feminilidade. Assim, as mudanças de origem física, familiar e social associadas ao climatério exigem adaptações emocionais para a mulher (MATOS, 2012).

Nos resultados das médias dos domínios do WHOQOL-Bref obteve-se uma variação de 3,03 a 3,42, como apresentado na Tabela 2. O domínio do meio ambiente, que aborda questões sobre segurança diária, poluição, transporte, saúde, acesso à informação e moradia, foi o que apresentou o menor resultado, com 3,03, o que pode ser justificado as condições socioeconômicas das participantes, as quais eram residentes de um bairro carente do município apresentando baixa infraestrutura, comparado a outros bairros.

O domínio psicológico, que aborda o sentido da vida, concentração, aceitação e sentimentos negativos, apresentou o segundo menor resultado, com 3,24 apontando para a importância de intervenções que visem a promoção da saúde mental desta população. Pode-se observar que todos os domínio avaliados apresentaram resultados média de valores entre 3 e 4, correspondente na Escala *Likert* como Regular.

Tabela 2 - Resultados por Domínios do WHOQOL-BREF

DOMÍNIO	MÉDIA	DESVIO PADRÃO
Físico	3,41	0,88
Psicológico	3,24	0,94
Relações Sociais	3,39	0,96
Meio Ambiente	3,03	0,53
Autopercepção	3,42	0,99

GERAL	3,30	0,88
--------------	------	------

A Tabela 3 apresenta os resultados de acordo com a classificação na escala *Likert*. A Autopercepção da QV foi o domínio que apresentou melhor avaliação, sendo avaliada como Boa por 45,16% dos participantes. Em relação à Satisfação com a Saúde, a maioria das participantes (41,94%) avaliou como necessário melhorar.

Os demais domínios, físico, psicológico, social e meio ambiente, tiveram prevalência a avaliação Regular. É importante ressaltar que as áreas de Autopercepção e Satisfação com a Saúde são avaliadas com apenas uma pergunta: “Como você avaliaria sua qualidade de vida?” e “Quão satisfeito(a) você está com a sua saúde?” no início do questionário. Apesar da maioria das participantes avaliarem a qualidade de vida como Boa, o resultado dos domínios contrapõe-se à este dado. Portanto, tal resultado não deve ser levado em consideração isoladamente.

Tabela 3 – Resultados em área/domínio segundo escala *Likert*

ÁREA/DOMÍNIO	NECESSITA MELHORAR		REGULAR		BOA		MUITO BOA	
	N	%	N	%	n	%	n	%
Autopercepção	6	19,35	8	25,81	14	45,16	3	9,68
Satisfação com a saúde	13	41,94	6	19,35	8	25,81	4	12,90
Domínio físico	9	29,03	12	38,71	10	32,26	0	0
Domínio psicológico	10	32,26	13	41,94	8	25,81	0	0
Relações sociais	10	32,26	11	35,48	7	22,58	3	9,68
Meio ambiente	13	41,94	17	54,84	1	3,23	0	0

Os dados referentes à Qualidade de Vida da população podem ser indicadores de extrema importância para melhor implementação de políticas públicas, preventivas e interventivas, e, no caso deste estudo, especialmente na população de mulheres climatéricas participantes do projeto BEM.

Frente a isso, é possível levantar possíveis medidas de ação, como grupos psicoeducativos, oferecendo um espaço para discussão sobre efeitos fisiológicos, psicológicos e sociais advindos do climatério. Tais grupos, por meio da mediação de profissionais, podem promover, além de um ambiente de escuta e acolhimento, a discussão sobre formas de lidar com a fase, e atividades que possam promover uma melhora na QV das mulheres.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante as inúmeras mudanças que acompanham a fase do climatério, é importante ressaltar a necessidade do acompanhamento integral às mulheres, a fim

de oferecer acesso a informações sobre esse período, possibilitando a compreensão nos diversos níveis, seja a nível fisiológico ou psicológico, a fim de estabelecer melhores estratégias de enfrentamento.

Com a análise de que as mulheres investigadas apresentam problemas em relação ao domínio psicológico, nervosismo e ansiedade é essencial que se dê seguimento a tais questões através de um acolhimento e cuidado interdisciplinar.

REFERÊNCIAS

CAMPOS, M. O.; NETO, J. F. R. Qualidade de vida: um instrumento para promoção de saúde. Revista Baiana de Saúde Pública, v.32, n.2, p.232-240, 2008

LORENZI, D. R. S.; DANELON, C.; SACIOTO, B., PADILHA-JR., I. Fatores indicadores da sintomatologia climatérica. Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia, v. 27, n. 1, p.12-19, 2005.

MATOS, B. F. Impacto psicossocial do climatério na vida de mulheres de contextos sócio-econômicos distintos. 2012. 48 f. Dissertação (Trabalho de conclusão de curso de Psicologia) – Psicologia, UCB, Brasília, 2012.

MINAYO, M. C. S.; HARTZ, Z. M. A.; BUSS, P. M. Qualidade de vida e saúde: um debate necessário. Revista Ciência e Saúde, v.5, n., p.7-18, 2000.

MIRANDA, J. S.; FERREIRA, M. L. S.; CORRENTE, J. E. Qualidade de vida em mulheres no climatério atendidos na Atenção Primária. Revista Brasileira de Enfermagem, v.67, n.5, p.803-809, 2014.

RODOLPHO, J.R.C.; HOGA, L.A.K. É tempo de se cuidar mais: material educativo para promover a saúde da mulher no climatério. EEUSP. São Paulo, 2014.

SERPA, M. A., LIMA, A. A.; GUIMARÃES, C. P.; CARRILO, M. R. G. G.; COURAVITAL, W.; VELOSO, V. M. Fatores associados à qualidade de vida em mulheres no climatério. Revista Reprodução e Climatério, v. 31, n.2, p.76-81, 2016.