

FACULDADE CIDADE DE JOÃO PINHEIRO
GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM

Markele Gomes Mariano

**O Papel do Enfermeiro na Assistência à Mulher
Climatérica em uma Unidade Básica de Saúde de João
Pinheiro**

João Pinheiro/MG

2018

Markele Gomes Mariano

**O Papel do Enfermeiro na Assistência à Mulher
Climatérica em uma Unidade Básica de Saúde de João
Pinheiro**

Artigo científico apresentado à FCJP-
Faculdade cidade de João Pinheiro,
como requisito para obtenção de nota
para o curso de enfermagem.

Prof.^a Dra. Maria Célia da Silva
Gonçalves

Prof.^a Orientadora: Enf. Esp. Michelle
B. Caixeta Leão

João Pinheiro/MG

2018

Markele Gomes Mariano

**O Papel do Enfermeiro na Assistência à Mulher
Climatérica em uma Unidade Básica de Saúde de João
Pinheiro**

Artigo científico apresentado à FCJP-
Faculdade cidade de João Pinheiro,
como requisito para obtenção de nota
para o curso de enfermagem.

Prof.^a Dra. Maria Célia da Silva
Gonçalves

Prof.^a Orientadora: Enf. Michelle Barra
Caixeta Leão

Aprovado em: _____ de _____ de 2018

BANCA EXAMINADORA:

Prof

Prof

Prof

DEDICATÓRIA

Dedico esse trabalho de conclusão de curso a todas as mulheres da minha família que com luta, por mim e por elas, abriram caminhos e semearam vida, em especial à minha amada mãe Ana.

AGRADECIMENTOS

Hoje agradeço a todos que contribuíram diretamente ou indiretamente, para a realização desse sonho. Aos meus pais que acompanharam cada dia dessa trajetória, À minha mãe Ana pelo amor incondicional e ao meu pai Antônio minha estrela guia que nunca deixa de estar em meu coração e nos meus pensamentos. Aos meus irmãos Milene, Rosângela, Marcos Antônio, Luciana e Giovanna e minha afilhada Victoria que tanto me deram forças no decorrer do curso. Agradeço a Michelle Barra Caixeta Leão por estar-me orientando. Agradeço acima de tudo, a Deus.

O Papel do Enfermeiro na Assistência à Mulher Climatérica em uma Unidade Básica de Saúde de João Pinheiro

Markele Gomes Mariano¹

Michelle Barra Caixeta Leão²

RESUMO: Este projeto de pesquisa resumiu em investigar como o enfermeiro atua na assistência à mulher climatérica, ou seja, na assistência nesse período em que se inicia o fim da vida reprodutiva das mulheres. O climatério é o fim da vida reprodutiva das mulheres, estatisticamente tem início aos 40 anos e se encerra aos 65 anos de idade. Causando mudanças físicas e psíquicas na vida das mulheres (PINOTTI, et al., 1999). O presente estudo irá contribuir para a melhor assistência às mulheres da comunidade em geral, em específico às mulheres climatéricas em uma Unidade Básica de Saúde de João Pinheiro, onde a pesquisa de campo foi desenvolvida. A pesquisa foi realizada com mulheres climatéricas. A coleta de informações foi através de entrevistas com três pacientes e um enfermeiro dessa unidade básica de saúde, o critério de escolha foram mulheres que já passaram pela fase do climatério. Foram aplicados questionários contendo em média 8 perguntas direcionadas as mulheres climatéricas e ao enfermeiro. A pesquisadora teve como fonte de motivação a carência de informações em que as mulheres se encontram e a pouca preparação dos profissionais para lidar com as mesmas. Esta pesquisa pretende responder ao segundo questionamento: qual a visão das mulheres climatéricas do PSF sobre o enfermeiro? Qual o papel do enfermeiro do PSF no climatério? Como a equipe de um PSF lida com as mulheres climatéricas?

Palavras chaves: Climatério. Assistência à mulher climatérica

ABSTRACT: This research project summed up in investigating how the nurse works in the assistance to climacteric women, that is, in the assistance in this period in which the end of women's reproductive life begins. The climacteric is the end of women's reproductive life, statistically starting at age 40 and ending at age 65. Causing physical and psychic changes in women's lives (PINOTTI, et al., 1999). The present study will contribute to the best assistance to the women of the community in general, specific to climacteric women in a Basic Health Unit of João Pinheiro, where the field research was developed. The research was performed with climacteric women. Data collection was through interviews with three patients and one nurse from this basic health unit, the criterion of choice was women who have already passed through the climacteric phase.

¹ Markele Gomes Mariano graduanda em Enfermagem pela Faculdade Cidade de João Pinheiro – FCJP, João Pinheiro. E-mail: markele.gomes@yahoo.com.br

² Michelle Barra Caixeta Leão Enfermeira graduada pela faculdade Talentos Humanos – FACTHUS, Uberaba. Enfermeira Assistencial do Abrigo Sant’Ana (SSVVP) Especialista em UTI geral, Urgência e Emergência e Enfermagem do trabalho pela FCJP. E-mail: michelly_barra@hotmail.com

Questionnaires containing an average of 8 questions directed to climacteric women and to the nurse were applied. The researcher had as a source of motivation the lack of information in which the women meet and the poor preparation of the professionals to deal with them. This research intends to answer the second question: what is the view of the climacteric women of the PSF on the nurse? What is the role of the PSF nurse in the climacteric? How Does a PSF Team Handle Climate Women?

Keywords: Climacteric. Assistance to climacteric women

1. Introdução

O climatério é o fim da vida reprodutiva das mulheres, estatisticamente tem início aos 40 anos e se encerra aos 65 anos de idade. Causando mudanças físicas e psíquicas na vida das mulheres (PINOTTI, et al., 1999). As manifestações psicossociais mais significativas relatadas pelas mulheres são à insônia, a irritabilidade, a sensibilidade e o envelhecimento.

A irritabilidade, a insônia, os fogachos e a depressão são os principais sintomas enfrentados pelas mulheres climatéricas. A irritabilidade tem fortes repercussões no processo de viver da climatérica, porque durante esta fase a mulher torna-se mais sensível emocionalmente, podendo ocorrer um estado de irritabilidade constante. (PEREIRA, 2008).

Junto com essas manifestações psicossociais, vem também a obesidade, doenças cardiovasculares, alterações na pele, com a perda da elasticidade que se deve à redução das fibras elásticas decorrente ao envelhecimento.

Esta pesquisa pretende estudar a assistência do enfermeiro prestada as mulheres climatéricas.

Segundo o Ministério da Saúde, o climatério é o período de transição em que a mulher passa da fase reprodutiva para a fase de pós-menopausa. No climatério há uma diminuição das funções ovarianas, fazendo com que os ciclos menstruais se tornem irregulares, até cessarem por completo (SANTOS, et al., 2008).

A pesquisadora pretende pesquisar o climatério devido à falta de informações e assistência em que as mulheres são submetidas quando estão entrado nessa fase de suas vidas.

O estudo do climatério é importante para que possa proporcionar as mulheres uma melhoria da qualidade de vida. Ele afeta cada mulher de uma maneira, pois cada uma tem suas particularidades. Não se trata de um indivíduo apenas. É um processo de mudanças físicas e emocionas na vida da mulher, e que ainda gera conflitos em vários

outros aspectos de suas vidas como cultura, costumes, ambiente em que se vive histórico pessoal e familiar, dentre outros.

A pesquisa foi realizada com mulheres climatéricas em uma Unidade Básica de Saúde de João Pinheiro/MG. A coleta de informações foi através de entrevistas com pacientes e o enfermeiro dessa unidade básica de saúde.

É de fundamental importância o estudo sobre a assistência das mulheres climatéricas, devido à atenção à saúde, acesso à informação, troca de experiências, levando elas a obterem sua autovalorização e aumento da autoestima para uma boa qualidade de vida e aumento da longevidade.

Estudar a assistência prestada pelo enfermeiro à mulher no climatério é de suma importância para que se possa proporcionar uma melhor qualidade de vida às mesmas. O Manual de Atenção Integral à Saúde da Mulher no Climatério/Menopausa, elaborado pela Área Técnica de Saúde da Mulher do Ministério da Saúde, concretiza um dos objetivos da Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da Mulher de qualificar a atenção às mulheres nessa fase da vida. Ele possibilita uma visão global das orientações do Ministério da Saúde no que se refere à atenção à saúde da mulher no período do climatério/menopausa. Reconhecendo, portanto a necessidade de que as ações multiprofissionais sejam colocadas em prática nos serviços de saúde e construindo, dessa forma, uma relação humanizada e respeitosa com as usuárias (SANTOS, et al., 2008).

A população feminina brasileira totaliza mais de 98 milhões de mulheres. Nesse universo, cerca de 30 milhões têm entre 35 e 65 anos, o que significa que 32% das mulheres no Brasil estão na faixa etária em que ocorre o climatério. O climatério não é uma doença e sim uma fase natural da vida da mulher e muitas passam por ela sem queixas ou necessidade de medicamentos. Outras têm sintomas que variam na sua diversidade e intensidade. No entanto, em ambos os casos, é fundamental que haja, nessa fase da vida, um acompanhamento sistemático visando à promoção da saúde, o diagnóstico precoce, o tratamento imediato dos agravos e a prevenção de danos (SANTOS, et al., 2008).

O presente estudo contribuiu para a melhor assistência às mulheres da comunidade em geral, em específico às mulheres climatéricas em uma Unidade Básica de Saúde, onde foi desenvolvida a pesquisa de campo. A pesquisadora teve como fonte de motivação a carência de informações em que as mulheres se encontram e a pouca preparação dos profissionais para lidar com as mesmas.

Esta pesquisa pretende responder ao segundo questionamento: Qual a visão das mulheres climatéricas do PSF sobre o enfermeiro? Qual o papel do enfermeiro do PSF no climatério? Como a equipe de um PSF lida com as mulheres climatéricas?

O enfermeiro deve atuar em sua área como um ouvinte dessas mulheres, proporcionando diálogos pessoais e em grupos. Suponha que a equipe saiba lidar com essas mulheres, acolhendo de forma adequada suas dúvidas e receios.

2. Metodologia

Trata-se de uma pesquisa qualitativa, segundo Malhotra *et al* (2005) o objetivo da pesquisa qualitativa é a obtenção da compreensão qualitativa do problema.

A coleta dos dados não é estruturada e sua análise não é estatística. A pesquisa foi realizada com três mulheres climatéricas em uma Unidade Básica de Saúde de João Pinheiro/MG. A coleta de informações foi através de entrevistas com três pacientes e um enfermeiro dessa unidade básica de saúde, o critério de escolha foram mulheres que já passaram pela fase do climatério, escolhidas na unidade aleatoriamente, como na unidade não existe nenhum programa que acolha essas mulheres foi difícil em estar encontrando com as mesmas, foi necessário o retorno a unidade no horário de consultas médicas agendadas para tentar uma entrevista com essas mulheres. Foram aplicados formulários contendo em média 8 perguntas direcionadas as mulheres climatéricas e ao enfermeiro da Unidade Básica de Saúde.

3. Fundamentação Teórica

O estudo do climatério reveste-se de importância, pois, considerando-se as modificações endócrinas, físicas, emocionais e socioculturais próprias dessa fase, podem-se adotar medidas preventivas, que melhoram sensivelmente as condições de vida na terceira idade (HALBE; FONSECA, 1994; SAMPAIO, 1999)

Dentre os vários sintomas e sinais que formam a Síndrome Climatérica, os que mais afetam as mulheres são as ondas de calor conhecidos como fogachos, a ansiedade, sudorese, irritabilidade, fatores emocionais, insônia.

É de fundamental importância o estudo sobre a assistência das mulheres climatéricas, devido a atenção à saúde, acesso à informação, troca de experiências,

levando elas a obterem sua autovalorização e aumento da autoestima para uma boa qualidade de vida e aumento da longevidade.

O tema está sendo alvo de pesquisas médicas, com ou sem a participação de mulheres afetadas, sendo que depoimentos constam relatos de que a fase climatérica seria muito estressante, devido aos sintomas que incomodam bastante e problemas emocionais que surgem no climatério.

Atualmente o Governo Federal tem dentro do programa de atenção à saúde da mulher a caderneta de Atenção a Mulher no Climatério/Menopausa, onde constam todos os direitos em que a mulher está assegurada e a assistência que deve ser prestada as mulheres climatéricas (SANTOS, et al., 2008).

A pós-menopausa e o climatério estão entre os assuntos mais discutidos na saúde pública brasileira, devido ao fato de se ter uma atenção maior as mulheres na fase climatérica, pois agindo assim há uma melhora da qualidade de vida e a sobrevivência dessas mulheres (SANTOS, et al., 2008)

Em 1999, Sampaio estudou as Síndromes Climatéricas e constatou-se que a epidemiologia do climatério se confunde com a epidemiologia da pós-menopausa, as duas fases não representam doenças, no entanto, são fases em que se há uma alta carência de estrógenos. Segundo estudos, o déficit estrogênico não somente está relacionada às ondas de calor, mas também à secura vaginal e aos problemas urogenitais, todos eles melhorados com o uso de medicamentos como os estrógenos (HALBE; FONSECA, 1994; SAMPAIO, 1999).

O componente agudo do climatério seria as ondas de calor, os fogachos, que atingem cerca de 80% das mulheres. Nos serviços de saúde, as ações realizadas com as mulheres climatéricas, não há abrangência para estar acolhendo os receios, ansiedades e queixas associadas ao climatério. As políticas de saúde estão voltadas a tratar o climatério como uma doença, o foco são os sintomas fisiológicos que ele causa, deixando de lado o psicológico afetado pelas inúmeras modificações em que se é submetida nesta fase (LOPES, et.al., 2002)

O enfermeiro deve atuar em sua área como um ouvinte dessas mulheres, proporcionando diálogos pessoais e em grupos. Para que possam sanar as dúvidas acerca do período a ser enfrentado, possíveis temas a serem abordados pelos enfermeiros nessa etapa, o que seria o climatério, e as inúmeras alterações que ele acarreta para a vida da mulher. E assim vão tirando as dúvidas e surgindo novos temas propostos pelas participantes para que possam ser discutidos entre si.

Essa ação de compartilhar as experiências contribui para os saberes das participantes, tornando assim possível o compartilhamento de sensações e sentimentos.

3.1 Manifestações clínicas do climatério

A maioria das mulheres apresenta algum tipo de sinal ou sintoma no climatério, que variam de leve a muito intenso na dependência de diversos fatores. Os sinais e sintomas clínicos do climatério ainda podem ser divididos em transitórios, que são representados pelas alterações do ciclo menstrual e pela sintomatologia mais aguda, e não transitórios (SANTOS, et al., 2008)

A intensidade das modificações presentes no climatério depende do ambiente sociocultural, das condições de vida da mulher e do grau de privação estrogênica. A maioria dos sintomas típicos do climatério provem da diminuição dos níveis de estrogênio circulantes (SANTOS, et al., 2008)

Em 25% das mulheres o climatério pode ser assintomático, no restante das mulheres podem surgir sintomas que caracterizam a síndrome climatérica (CAMPANA, 2001).

Embora no Brasil, haja uma tendência pelas sociedades científicas em considerá-lo como uma endocrinopatia verdadeira, a Organização Mundial da Saúde define o climatério como uma fase biológica da vida da mulher e não um processo patológico representado pelos fenômenos atróficos geniturinários, distúrbios no metabolismo lipídico e ósseo (SANTOS, et al., 2008)

A maioria dos sintomas típicos do climatério vem da diminuição dos níveis de estrogênio circulantes, sendo a instabilidade vasomotora, distúrbios menstruais, atrofia geniturinária, sintomas psicológicos e a longo prazo a osteoporose e alterações cardiovasculares (FEBRASGO, 2004)

Para Patrizzi, é importante destacar que a queda dos estrogênios causa hipotrofia nos órgãos que dependem deles, órgãos esses que incluem hipófise, mamas, vagina e útero (PATRIZZI, 2006)

Ainda sobre o mesmo autor, a queda dos estrogênios no organismo da mulher climatérica pode acarretar alterações no funcionamento do corpo e as mais frequentes são as sensações de calor manifestadas por rubor da pele, sensações psíquicas de dispneia com alteração da frequência respiratória, além da irritabilidade, fadiga, estados psíquicos ocasionais, ansiedade e a diminuição da força muscular. (PATRIZZI, 2006)

3.2 Os principais sinais e sintomas do climatério

As manifestações psicossociais mais significativas relatadas pelas mulheres são à insônia, a irritabilidade, a sensibilidade e o envelhecimento. A irritabilidade, a insônia, os fogachos e a depressão são os principais sintomas enfrentados pelas mulheres climatéricas. A irritabilidade tem fortes repercussões no processo de viver da climatérica, porque durante esta fase a mulher torna-se mais sensível emocionalmente, podendo ocorrer um estado de irritabilidade constante. (PEREIRA, 2008).

Junto com essas manifestações psicossociais, vem também a obesidade, doenças cardiovasculares, alterações na pele, com a perda da elasticidade que se deve à redução das fibras elásticas decorrente ao envelhecimento.

3.3 Terapêuticas utilizadas no climatério

O fato de o climatério ser caracterizado por mudanças biológicas, psíquicas e sociais talvez induza a associá-lo com doença. É durante esta fase que as mulheres são mais medicalizadas com psicotrópicos. Alguns estudos mostram que há um nítido predomínio no uso de benzodiazepínicos entre as mulheres, quando comparado aos homens, e este uso tende a ser mais acentuado nas mulheres acima de 35 anos. Isto pode indicar tanto uma maior demanda de medicamentos para amenizar diversos conflitos decorrentes de fatores relacionais, sociais e psicológicos, como uma posição do profissional médico de medicar a mulher em sofrimento antes de proporcionar a ela uma escuta mais qualificada. (SANTOS, et al., 2008)

Dessa forma, é importante que a prescrição de medicamentos seja feita de maneira criteriosa, visando obter o efeito desejado, considerando a avaliação individual. O potencial de dependência destas substâncias também deve ser revisto em cada avaliação, durante a decisão pela prescrição ou não de psicotrópicos. Felizmente, muitos profissionais de saúde reagem contra essa prática e compreendem que o climatério é uma etapa da vida das mulheres, com oportunidades de crescimento e de reavaliação. Opções passadas, atuais e futuras podem ser reconsideradas sob o prisma de novas necessidades. (SANTOS, et al., 2008)

A terapia hormonal deve ser individualizada às necessidades da mulher e é condicionada à fase em que ela se encontra.

Apesar dos riscos, a hormonoterapia é ainda a escolha mais eficaz para o tratamento das manifestações clínicas decorrentes do climatério, principalmente dos fogachos.

Contudo, para mulheres que passaram por efeitos adversos significativos, que não desejam o tratamento hormonal ou para as quais está conduta é contra indicada, há alternativas como medicamentos não hormonais e outras formas de terapia não medicamentosa, como a acupuntura e a medicina antroposófica. (SANTOS, et al., 2008).

O climatério contempla algumas mudanças que podem ocorrer em maior ou menor intensidade, durante o período que acompanha a diminuição da função ovariana. Desta forma, a instituição de tratamento específico, como a terapêutica medicamentosa hormonal ou não hormonal ou terapias não medicamentosas podem ser necessárias quando bem indicadas.

Qualquer que seja a abordagem terapêutica é essencial observar que a atenção integral à mulher no climatério inclui medidas gerais, orientação dietética e apoio psicológico. Neste contexto, a mulher deve ser vista como protagonista de sua vida e a ela caberá, desde que devidamente informada e com apoio profissional, a opção de como vivenciar esta fase. (SANTOS, et al., 2008)

3.4 Cuidados e qualidade de vida no climatério

Atualmente mesmo com todos os programas em que o Governo se dispõe de assistência à saúde das mulheres, a assistência ao climatério ainda se encontra com deficiências e falhas de informações. Mesmo com a preocupação de se abordar o assunto. Podendo se dizer que a assistência se encontra fragmentada.

O climatério não se trata de uma doença, mas sim uma fase da vida da mulher em que se deve ter um cuidado uma assistência que deve ser preventiva. Onde prepara essas mulheres para estarem enfrentando e superando as mudanças que podem estar ocorrendo no período.

Mesmo enfrentando inúmeros desconfortos neste período, muitas mulheres optam por não procurarem os serviços de saúde. Ainda que sejam usuárias dos serviços públicos de saúde essas mulheres enfrentam dificuldades, tais como acesso, transporte e até mesmo no agendamento das consultas.

Além disso, enfrentam dificuldades no acolhimento e na tentativa de solucionar os seus eventuais problemas surgidos a partir do climatério. Muitas das vezes as mulheres optam por resolverem seus problemas com soluções caseiras, como simpatias e até mesmo chás caseiros.

Uma das razões que levam as mulheres a não procurarem o serviço de saúde é que muitas acham que o climatério é uma fase natural em que se deve ser vivida somente por ela, não merecendo atenção médica especializada.

A atuação dos profissionais de saúde deve incorporar aspectos como a escuta qualificada, a integralidade na atenção, a possibilidade de diversas orientações sexuais e o estímulo ao protagonismo da mulher. Avaliar cuidadosa e individualmente cada caso com objetivo de identificar quais os fatores relacionados à etiologia das dificuldades referidas, e muitas vezes até omitidas, favorece sensivelmente o resultado da conduta adotada. (SANTOS, et al., 2008).

Nenhuma máquina ou procedimento técnico é capaz de substituir o diálogo e o entendimento entre duas pessoas. O atendimento humanizado acolhe a mulher com suas queixas e não desvaloriza ou minimiza seus sintomas. Reconhece seus direitos a esclarecimentos e informações, oferecendo-lhe noções sobre como preservar e ou promover a qualidade de sua vida, compartilhando as decisões, informando alternativas de tratamento e respeitando sua opção, mesmo quando seja diversa da qual considera mais indicada, caso a mulher deseje procurar alívio para seus sintomas de outras formas ou por meio de diferentes abordagens terapêuticas. Reconhece, ainda, que cada pessoa é única e pode trazer-lhe um enriquecimento, desde que o profissional se debruce na compreensão de sua singularidade. (SANTOS, et al., 2008).

4. Análises de Resultados

A abordagem do tema estudado em pesquisa de campo foi o papel do enfermeiro na assistência a mulher climatérica.

O questionário foi direcionado ao enfermeiro e as usuárias da Unidade Básica de Saúde, onde contribuíram para a construção deste trabalho.

4.1 O papel do enfermeiro na assistência a mulher climatérica na visão dos profissionais de enfermagem

O entrevistado era do sexo masculino, enfermeiro da unidade básica de saúde. O participante da entrevista relata haver um grande número de mulheres climatéricas que frequentam a unidade básica de saúde e que as medidas de assistência prestada a essas mulheres é a realização da coleta de exames preventivos de colo uterino e a solicitação e encaminhamento de exames como a mamografia. Uma das perguntas da entrevista é o questionamento quanto a existência de alguma estratégia específica de cuidado com as mulheres climatéricas em sua unidade básica de saúde. O entrevistado refere que não existe nenhuma atividade específica de cuidado as mulheres climatéricas.

A primeira pergunta do questionário direcionada ao enfermeiro de uma unidade básica de saúde de João Pinheiro teve como objetivo identificar a demanda de mulheres climatéricas da unidade básica de saúde

Entrevistado 1: A demanda de mulheres climatéricas é grande.

A segunda pergunta é sobre as principais queixas das mulheres em relação ao climatério

Entrevistado 1: As principais queixas são as alterações no fluxo menstrual, dificuldade para perder peso e o rubor na pele.

A irritabilidade, a insônia, os fogachos e a depressão são os principais sintomas enfrentados pelas mulheres climatéricas. As manifestações psicossociais mais significativas relatadas pelas mulheres são a insônia, a irritabilidade, a sensibilidade e o envelhecimento.

A terceira pergunta é sobre a faixa etária em que as mulheres climatéricas da unidade se encontram

Entrevistado 1: As mulheres climatéricas da unidade se encontram acima dos 35 anos de idade

O climatério é o fim da vida reprodutiva das mulheres. Estatisticamente tem início aos 40 anos e se encerra aos 65 anos de idade. Causando mudanças físicas e psíquicas na vida das mulheres.

A quarta pergunta é se na unidade básica de saúde existe algum programa para estar acolhendo as mulheres climatéricas

Entrevistado 1: atualmente dentro da nossa unidade de saúde, não há um programa específico para atender as necessidades das mulheres climatéricas, mas sim o acolhimento dessas mulheres de forma geral.

Atualmente o Governo Federal tem dentro do programa de atenção à saúde da mulher a caderneta de Atenção a Mulher no Climatério/Menopausa, onde constam todos os direitos em que a mulher está assegurada e a assistência que deve ser prestada as mulheres climatéricas (SANTOS, et al., 2008).

Na quinta pergunta questiono o enfermeiro sobre as principais dúvidas que as mulheres tem a respeito do climatério

Entrevistado 1: As dúvidas muita das vezes são guardadas para si, pelo receio de estar perguntando o profissional de saúde. Mas a dúvida geral e principal é se o climatério seria a mesma coisa que a menopausa

A sexta pergunta é sobre o uso de medicamentos para o alívio dos sinais e sintomas do climatério, se as mulheres climatéricas da unidade fazem o uso de medicação

Entrevistado 1: No momento algumas das mulheres da nossa unidade fazem o uso de medicação para os sintomas do climatério, como por exemplo para a insônia

Na sétima pergunta questiono ele como profissional de saúde qualifica o seu atendimento oferecido as mulheres climatéricas

Entrevistado 1: quanto profissional qualifico o meu atendimento como sendo bom, pois é sempre com destreza, educação e confiança igual para todos os pacientes. A assistência prestada a essas mulheres é a coleta de exames preventivo de colo de útero e a solicitação e encaminhamento de exames como mamografia.

4.2 O papel do enfermeiro na assistência a mulher climatérica na visão das mulheres climatéricas

Os participantes da entrevista eram do sexo feminino, a idade das mulheres variou entre 45 e 55 anos. As mulheres climatéricas entrevistadas de um modo geral possuem as mesmas queixas, sinais e sintomas. Em uma das perguntas direcionadas as entrevistadas seria se as dúvidas referentes ao climatério haviam sido tiradas. As mulheres climatéricas relataram que muitas das vezes voltaram pra casa com suas dúvidas e receios, pois os profissionais de saúde estavam atentos a sanar apenas os sintomas fisiológicos.

Quando notou os primeiros sinais do climatério?

Entrevistado 1: 45 anos: Notei quando completei 40 anos, meu ciclo menstrual ficou irregular e depois de uns 4 meses mais ou menos já havia cessado por completo.

Entrevistado 2: 55 anos: Notei quando o ciclo começou a ficar irregular, sentia muito calor a noite, mal conseguia dormir

Entrevistado 3: 55 anos: Na verdade demorei para perceber que seria sinais do climatério, só soube mesmo quando fui consultar devido ao mal estar e insônia que estava sentindo

A maioria das mulheres apresenta algum tipo de sinal ou sintoma no climatério, que variam de leve a muito intenso na dependência de diversos fatores. Os sinais e sintomas clínicos do climatério ainda podem ser divididos em transitórios, que são representados pelas alterações do ciclo menstrual e pela sintomatologia mais aguda, e não transitórios (SANTOS, et al., 2008)

As manifestações psicossociais mais significativas relatadas pelas mulheres são à insônia, a irritabilidade, a sensibilidade e o envelhecimento. A irritabilidade, a insônia, os fogachos e a depressão são os principais sintomas enfrentados pelas mulheres climatéricas. A irritabilidade tem fortes repercussões no processo de viver da climatérica, porque durante esta fase a mulher torna-se mais sensível emocionalmente, podendo ocorrer um estado de irritabilidade constante. (PEREIRA, 2008).

Junto com essas manifestações psicossociais, vem também a obesidade, doenças cardiovasculares, alterações na pele, com a perda da elasticidade que se deve à redução das fibras elásticas decorrente ao envelhecimento.

Em 25% das mulheres o climatério pode ser assintomático, no restante das mulheres podem surgir sintomas que caracterizam a síndrome climatérica (CAMPANA, 2001).

4.2.2 Você procurou a unidade de saúde pelos sinais do climatério ou por outro motivo?

Entrevistado 1: 45 anos: Sim, fui consultar após o atraso menstrual

Entrevistado 2: 55 anos: Procurei pelos sinais, logo quando notei o atraso do ciclo menstrual

Entrevistado 3: 55 anos: Procurei pela insônia e irritabilidade, mas não achei que fosse sinais do climatério

O climatério não se trata de uma doença, mas sim uma fase da vida da mulher em que se deve ter um cuidado uma assistência que deve ser preventiva. Onde prepara essas mulheres para estarem enfrentando e superando as mudanças que podem estar ocorrendo no período. Uma das razões que levam as mulheres a não procurarem o serviço de saúde é que muitas acham que o climatério é uma fase natural em que se deve ser vivida somente por ela, não merecendo atenção médica especializada. (SANTOS, et al., 2008).

4.2.3. Como se sentiu ao procurar a unidade de saúde?

Entrevistado 1: 45 anos: Me senti bem, tive orientações que o ciclo ficaria irregular mesmo por um tempo, mas que logo iria parar por completo, sai da consulta satisfeita pois minha dúvida principal era sobre o ciclo mesmo.

Entrevistado 2: 55 anos: Na verdade me senti frustrada pois não tive a atenção que achava que fosse ter, o profissional medico apenas perguntou o motivo da consulta, disse que era normal sentir aquilo na minha idade e que eu ficasse calma que iria passar. Que poderia estar me passando uma medicação para ajudar a dormir à noite.

Entrevistado 3: 55 anos: Me senti como todas as outras vezes em que consultei normal, o médico disse que a insônia era devido ao climatério e que me passaria um medicamento para ajudar a dormir.

Mesmo enfrentando inúmeros desconfortos neste período, muitas mulheres optam por não procurarem os serviços de saúde. Ainda que sejam usuárias dos serviços públicos de saúde essas mulheres enfrentam dificuldades, tais como acesso, transporte e até mesmo no agendamento das consultas. Além disso, enfrentam dificuldades no acolhimento e na tentativa de solucionar os seus eventuais problemas surgidos a partir do climatério. Muitas das vezes as mulheres optam por resolverem seus problemas com soluções caseiras, como simpatias e até mesmo chás caseiros.

4.2.4. Quais as suas principais queixas do climatério?

Entrevistado 1: 45 anos: Ciclo irregular e Secura vaginal

Entrevistado 2: 55 anos: Ciclo irregular, insônia e fogachos

Entrevistado 3: 55 anos: Insônia, irritabilidade, fadiga e fogachos

As manifestações psicossociais mais significativas relatadas pelas mulheres são à insônia, a irritabilidade, a sensibilidade e o envelhecimento. A irritabilidade, a insônia, os fogachos e a depressão são os principais sintomas enfrentados pelas mulheres climatéricas. A irritabilidade tem fortes repercussões no processo de viver da climatérica, porque durante esta fase a mulher torna-se mais sensível emocionalmente, podendo ocorrer um estado de irritabilidade constante. (PEREIRA, 2008).

4.2.5. Suas dúvidas sobre o climatério foram tiradas?

Entrevistado 1: 45 anos: Sim, foram tiradas, minhas dúvidas eram sobre o ciclo irregular

Entrevistado 2: 55 anos: como já disse antes o médico apenas passou medicação pra dormir dizendo que era uma fase e logo iria passar, então creio que minhas dúvidas não foram tiradas, pois não tive a oportunidade de perguntar.

Entrevistado 3: 55 anos: Me explicaram na época que era uma fase que logo passaria, mas não entendi muito bem o porquê de estar passando por aquele período na minha vida.

Atualmente mesmo com todos os programas em que o Governo se dispõe de assistência à saúde das mulheres, a assistência ao climatério ainda se encontra com deficiências e falhas de informações. Mesmo com a preocupação de se abordar o assunto. Podendo se dizer que a assistência se encontra fragmentada.

4.2.6. Foi necessário o uso de medicamentos para controlar o sintomas do climatério?

Entrevistado 1: 45 anos: Não usei medicação, o médico não indicou

Entrevistado 2: 55 anos: Fiz uso de medicamento para a insônia

Entrevistado 3: 55 anos: utilizei medicação para a insônia

A terapia hormonal deve ser individualizada às necessidades da mulher e é condicionada à fase em que ela se encontra.

Apesar dos riscos, a hormonoterapia é ainda a escolha mais eficaz para o tratamento das manifestações clínicas decorrentes do climatério, principalmente dos fogachos.

Contudo, para mulheres que passaram por efeitos adversos significativos, que não desejam o tratamento hormonal ou para as quais está conduta é contra indicada, há alternativas como medicamentos não hormonais e outras formas de terapia não medicamentosa, como a acupuntura e a medicina antroposófica. (SANTOS, et al., 2008).

O climatério contempla algumas mudanças que podem ocorrer em maior ou menor intensidade, durante o período que acompanha a diminuição da função ovariana. Desta forma, a instituição de tratamento específico, como a terapêutica medicamentosa hormonal ou não hormonal ou terapias não medicamentosas podem ser necessárias quando bem indicadas.

Qualquer que seja a abordagem terapêutica é essencial observar que a atenção integral à mulher no climatério inclui medidas gerais, orientação dietética e apoio psicológico. Neste contexto, a mulher deve ser vista como protagonista de sua vida e a ela caberá, desde que devidamente informada e com apoio profissional, a opção de como vivenciar esta fase. (SANTOS, et al., 2008)

4.2.7. Descreva sua qualidade de vida após receber o atendimento na unidade de saúde

Entrevistado 1: 45 anos: Qualidade de vida continua boa após receber tratamento, somente a secura vaginal que ainda me acompanha

Entrevistado 2: 55 anos: A qualidade de vida continua a mesma, melhorei o meu sono após tratar a insônia, porque quase não dormia a noite, mas ainda sofro com as ondas de calor

Entrevistado 3: 55 anos: Passei a dormir melhor, mas continuei com os outros sintomas como a irritabilidade e as ondas de calor

Nenhuma máquina ou procedimento técnico é capaz de substituir o diálogo e o entendimento entre duas pessoas. O atendimento humanizado acolhe a mulher com suas queixas e não desvaloriza ou minimiza seus sintomas. Reconhece seus direitos a esclarecimentos e informações, oferecendo-lhe noções sobre como preservar e ou promover a qualidade de sua vida, compartilhando as decisões, informando alternativas de tratamento e respeitando sua opção, mesmo quando seja diversa da qual considera mais indicada, caso a mulher deseje procurar alívio para seus sintomas de outras formas ou por meio de diferentes abordagens terapêuticas. Reconhece, ainda, que cada pessoa é única e pode trazer-lhe um enriquecimento, desde que o profissional se debruce na compreensão de sua singularidade. (SANTOS, et al., 2008).

4.2.8. Como você qualifica o atendimento recebido pelo profissional de enfermagem da unidade?

Entrevistado 1: 45 anos: atendimento bom, tanto na triagem quanto no exame preventivo de colo de útero

Entrevistado 2: 55 anos: Atendimento bom, mas só na hora da triagem não tive acompanhamento pelo enfermeiro, tive apenas consulta médica

Entrevistado 3: 55 anos: Tive apenas atendimento médico, com o enfermeiro foi apenas a triagem e no exame preventivo de colo de útero

A atuação dos profissionais de saúde deve incorporar aspectos como a escuta qualificada, a integralidade na atenção, a possibilidade de diversas orientações sexuais e o estímulo ao protagonismo da mulher. Avaliar cuidadosa e individualmente cada caso com objetivo de identificar quais os fatores relacionados à etiologia das dificuldades referidas, e muitas vezes até omitidas, favorece sensivelmente o resultado da conduta adotada. O Manual de Atenção Integral à Saúde da Mulher no Climatério/Menopausa, elaborado pela Área Técnica de Saúde da Mulher do Ministério da Saúde, concretiza um dos objetivos da Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da Mulher de qualificar a atenção às mulheres nessa fase da vida. Ele possibilita uma visão global das orientações do Ministério da Saúde no que se refere à atenção à saúde da mulher no período do climatério/menopausa. Reconhecendo, portanto a necessidade de que as ações multiprofissionais sejam colocadas em prática nos serviços de saúde e construindo, dessa forma, uma relação humanizada e respeitosa com as usuárias (SANTOS, et al., 2008).

5. Considerações Finais

Este trabalho teve bastante contribuição pois através dele foi possível observar que mesmo com a caderneta de Atenção a Mulher no Climatério/Menopausa, onde constam todos os direitos em que a mulher está assegurada e a assistência que deve ser prestada as mulheres elas se encontram sem a mesma. As mulheres ressaltam que foram atendidas apenas pelo profissional medico deixando claro assim que o enfermeiro da unidade básica de saúde não tem seu papel ativo e definido com as mulheres climatéricas.

A maioria das mulheres apresentam os mesmos sintomas fisiológicos que seriam os fogachos mais conhecidos como as ondas de calor a irritabilidade e a insônia, a

unidade de saúde se resume em tratar apenas os sintomas fisiológicos, deixando assim de lado o principal afetado que é o psicológico dessas mulheres que sofre inúmeras modificações nessa fase. O ministério da saúde tem as políticas para tratar a mulher climatérica como um todo mas isso não acontece na pratica, o climatério é tratado como uma doença e uma doença se trata apenas seus sintomas fisiológicos.

O papel do enfermeiro está em acolher a mulher com suas queixas, proporcionar um atendimento humanizado, orientar quanto as dúvidas, atuar como um ouvinte dessas mulheres, reconhecer a singularidade e a individualidade de cada paciente climatérica. Esclarecer quanto a promoção e preservação da qualidade de vida das mesmas, sempre dando opções de tratamento e deixando com que elas escolham qual forma desejam tratar e passar pelo climatério.

6. Referências Bibliográficas

ARAUJO, MARIA; SOUZA, C. F. **Ser mulher no climatério**: uma análise compreensiva pela enfermagem, Rio de Janeiro, v. 25, 2007. Disponível em: <http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IsisScript=iah/iah.xis&src=google&base=BDENF&lang=p&nextAction=lnk&exprSearch=14919&indexSearch=ID> Data de Acesso: 05/01/2018

BERNI, NEIVA; LUZ, M. R. **Conhecimento Percepções e Assistência à Saúde da Mulher no Climatério**, Brasília, v. 60, n. 3, 2007. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S003471672007000300010&lang=pt Data de Acesso: 27/04/2018

GONÇALVES, ROSELANE; MERIGHI, M. A. B. **O Climatério**: a corporeidade como berço das experiências do vivido, São Paulo, v. 58, 2005. Disponível em: <http://www.redalyc.org/html/2670/267019624012/> Data de Acesso: 05/05/2018.

LORENZI, DINO; CATAN, L. B. **Assistência a Mulher Climatérica**: Novos Paradigmas, Brasília, v. 62, n. 2, 2009. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S003471672009000200019&lang=pt Data de Acesso: 27/04/2018.

PINOTTI, J. et al. **Síndromes Climatéricas**. 2 ed. São Paulo: Editora Atheneu, 1999.

PRETO, VIVIAN; CAMARGO, I. O. **Atuação do Enfermeiro diante da importância da assistência à saúde da mulher no climatério**, Belo Horizonte, v. 14.2, 2010. Disponível em: <http://www.reme.org.br/artigo/detalhes/102> Data de Acesso: 27/04/2018

NETO, J. et al. **Feliz Idade A Mulher Acima dos 40 anos**. 1 ed. São Paulo: Editora Limay, 2000.

SANTOS, A. et al. **Manual de Atenção a Mulher no Climatério/Menopausa**.
Brasília: Editora MS, n. 9, 2008. Disponível em
<http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/manualatencaomulherclimaterio.pdf> Data de
Acesso: 27/04/2018.