

ATUAÇÃO DO ENFERMEIRO À MULHER NO CLIMATÉRIO*

PRACTICE NURSE TO WOMEN IN CLIMACTERIUM

PRÁCTICA ENFERMERA LA MUJERE EN LA MENOPAUSIA

Daiane Aparecida Morais ¹

Kamila Ingredy Santos Barzagli ¹

Mylena Tozzi Pineli ²

Ângela Ferreira Silva Miranda Alves ³

Sônia Maria Alves de Paiva ⁴

*** Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Graduação em Enfermagem da Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais Campus Poços de Caldas.**

¹ Graduadas em Enfermagem pela Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais *Campus* Poços de Caldas.

² Graduanda em Enfermagem pela Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais *Campus* Poços de Caldas.

³ Prof^ª. do curso de Graduação em Enfermagem da Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais *Campus* Poços de Caldas. E-mail: angelafesi@yahoo.com.br.

⁴ Prof^ª. Dr^ª. Adjunto IV, do curso de Graduação em Enfermagem da Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais *Campus* Poços de Caldas. E-mail: paiva@pucpcaldas.br.

Indicação da Categoria do artigo: Pesquisa*

ATUAÇÃO DO ENFERMEIRO À MULHER NO CLIMATÉRIO

RESUMO

O climatério consiste de uma fase de transição entre a capacidade reprodutiva e a incapacidade reprodutiva, com mudanças fisiológicas e psicológicas, afetando a vida da mulher em todas as suas dimensões. O objetivo do presente trabalho foi compreender como as mulheres percebem esse processo. O estudo tratou-se de uma abordagem qualitativa do tipo pesquisa-ação. Foram selecionado para participar, mulheres entre 40 e 65 anos de idade. A pesquisa foi realizada em duas etapas; para a primeira etapa, foi realizada uma entrevista com as participantes individualmente. Constatou-se que a idade média das mulheres foi acima dos 55 anos, que elas tinham baixo nível socioeconômico e de escolaridade; que não tinham informações adequadas e que a maioria era sedentária. Com base nesses dados, foi elaborado uma palestra juntamente com os profissionais da UBS, que envolveu esse tema. Concluiu-se que o enfermeiro tem um papel relevante na atenção à saúde da mulher através de ações preventivas, visando uma melhor qualidade de vida nessa fase.

Palavras-chave: Climatério. Saúde da Mulher. Promoção da Saúde. Unidade Básica de Saúde. Assistência de Enfermagem.

ABSTRACT

The climacterium consists of a transition phase between the reproductive capacity and reproductive failure, with physiological and psychological changes, affecting the lives of women in all its dimensions. The objective of this study was to understand how women perceive this process. The study consisted on a qualitative approach of the type research-action. Were selected women between 40 and 65 years of age to participate. The research was made in two stages, in the first stage, an interview was held with the participants individually. It was realized that the average age of women was over 55, they had low socioeconomic level, hadn't adequate information and that most were sedentary. Based on these data, was prepared a lecture with other professionals UBS, involving this topic. It was concluded that the nurse has an important role women's health care, through of preventive actions, seeking a better quality of life at this stage.

Key words: Climacterium. Women's Health. Health Promotion. Basic Health Unit. Nursing Care

RESUMEN

El climaterio consta de una fase de transición entre la capacidad reproductiva y falla reproductiva, con cambios fisiológicos y psicológicos, que afectan a la vida de la mujer en todas sus dimensiones. El objetivo de este trabajo fue comprender cómo las mujeres perciben el proceso. El estudio se baso en un enfoque cualitativo de tipo investigación-acción. Fue seleccionado a participar, mujeres entre 40 y 65 años de edad. La investigación se realizó en dos etapas; para la primera etapa, se realizó una entrevista con las participantes de forma individual. Se encontró que la edad promedio de las mujeres era superior a los 55 años, tenían bajo nivel socioeconómico y educativo; que no tenían información adecuada y que la mayoría eran sedentaria. En base a estos datos, se preparó una conferencia junto con otros profesionales de UBS, relacionada con este tema. Se concluyó que la enfermera tiene un papel importante sobre la atención en la salud de la mujer a través de las acciones preventivas, buscando una mejor calidad de vida en ese momento.

Palabras clave: Climaterio. Salud de la Mujer. Promoción de la Salud. Unidad Básica de la salud. Asistencia de enfermería.

ATUAÇÃO DO ENFERMEIRO À MULHER NO CLIMATÉRIO

INTRODUÇÃO

A promoção da saúde ocorre por meio da instituição de medidas para incorporar hábitos saudáveis na rotina da população, visando melhorar a qualidade de vida imediata, evitando assim que possam surgir doenças ou que estas se acentuem na velhice. Entre as ações de promoção da saúde da mulher aplicadas ao climatério, estão a adoção da alimentação saudável, estímulo à atividade regular, implementação de medidas antitabagistas e controle do consumo de bebidas alcoólicas; os cuidados quanto ao tempo e a qualidade do sono, pele e outras recomendações de auto cuidado, como exame da mama e atividades psicoeducativas, entre outras.

Atualmente, na maior parte do mundo e no Brasil, as pessoas de ambos os sexos estão vivendo mais. A expectativa de vida dos brasileiros, que em 1950 era de 43,2 anos, na década de 90, passou para 64 anos e, em 2025, a previsão é de 74 anos. A expectativa de vida das mulheres ultrapassa a dos homens, daí ser expressivo o aumento de mulheres vivenciando o climatério, que adquiriu um significado cada vez maior.¹

O climatério caracteriza-se por amenorréia e ou ciclos menstruais irregulares, até cessarem completamente. É o período que abrange a fase em que os hormônios ovarianos e gonadotróficos hipofisários, deixam de ser fabricados progressivamente, mas essa alteração hormonal não é abrupta; acontece gradualmente de forma regressiva e pode levar anos, acarretando alterações físicas, biológicas e psíquicas importantes, afetando a qualidade de vida da mulher.²

Por ser um período em que o organismo da mulher, está passando por uma mudança biológica, necessita de uma atenção especial. O corpo da mulher anuncia o fim do ciclo reprodutivo. Se no início da menarca o corpo da mulher se prepara para a reprodução, agora é o contrário; a mulher passa por grandes mudanças. Por tanto, o climatério se constitui em um processo de mudanças físicas e emocionais para a mulher que ainda recebe a influência de múltiplos fatores, sua história de vida pessoal e familiar, seu ambiente, cultura, costumes, as particularidades pessoais, psiquismo, dentre outros.^{3,1}

Mulheres, em geral, não fazem referência ao termo climatério, apenas apontam sintomas físicos ou psicológicos, observados nessa fase. Por outro lado, não entendem o desequilíbrio hormonal pelo qual estão passando, nem as mudanças que ocorreram em suas

vidas, como as reações dos familiares e de amigos diante das alterações físicas que podem aparecer nesse período.⁴

Nesta fase da vida, a mulher passa por uma transformação entre a fase reprodutiva e a não reprodutiva, ocorrendo também um declínio gradativo da função ovariana, que culminará na ocorrência da menopausa. Neste período ocorre esgotamento dos folículos ovarianos e diminuição nos níveis de estradiol, até que os ciclos menstruais sejam interrompidos definitivamente (menopausa).^{5,6}

Este processo pode ser longo, tendo início na mulher, normalmente, após os 40 anos, mas podendo se estender até os 65 anos, ocorrendo nele “alterações que afetam o bem estar físico, social, espiritual e emocional, trazendo desconfortos em maior ou menor grau”.⁷ Estudos mostram que cerca de 60 a 80% das mulheres “referem alguma sintomatologia desagradável durante o climatério, sendo comuns os sintomas vasomotores e genitais”.⁶

Entre as mudanças nos órgãos genitais, incluem-se “o ressecamento vaginal, dispareunia e urgência miccional, com importante repercussão na esfera sexual e na qualidade de vida das mulheres”. Outras alterações acabam sendo associadas ao climatério, como “dificuldades cognitivas, instabilidade emocional e humor depressivo”.^{5,6}

Neste sentido, as mudanças com o corpo da mulher podem ser percebidas dentro de uma esfera psicossocial, colocando em questão o papel da mulher dentro da sociedade e de seu núcleo familiar, espiritual e emocional.^{5,8}

Portanto, o climatério pode ser entendido como um momento “de transformação físico-emocional fisiológico, não patológico”, com alterações perceptíveis no âmbito da clínica, em decorrência de reais alterações nos níveis hormonais.⁸

As reações emocionais no climatério “são extremamente variáveis”, podendo variar de “queixas psíquicas, dos quais se destacaram a irritabilidade, ansiedade, depressão” até “as disfunções sexuais (alterações do desejo, da excitação e do orgasmo)”.⁵

Alguns fatores podem vir a agravar “o estado físico e emocional dessas mulheres, tais como: condições de vida, história reprodutiva, carga de trabalho, hábitos alimentares, tendência a infecções, dificuldade de acesso aos serviços de saúde”, ou outros como “conflitos socioeconômicos, culturais e espirituais, associados ao período da vida e às individualidades”.⁷

O climatério, portanto, “é um momento de considerável estresse e de risco para o desenvolvimento de depressão”, sendo “fundamental ter um olhar holístico da mulher climatérica, contemplando-a como um ser único, dotado de dimensões biopsicossocial-espirituais”.^{9,8}

Socialmente, são atribuídos diferentes papéis às mulheres (mães, cuidadoras, esposas, profissionais, filhas), dentre estes papéis, sua sexualidade é colocada como ponto de maior importância para a reprodução da espécie, fazendo com que muitas mulheres se identifiquem a partir desta possibilidade, tendo a própria sexualidade como aquilo que a diferencia dos homens.¹⁰

Seus conflitos passam a ser de ordem biopsicossocial e espiritual, ou seja, pertencem a um universo dotado de subjetividades, que apontarão para aspectos profundos de sua personalidade, podendo afetar seu convívio e sua forma de perceber o mundo a sua volta, principalmente, a forma com que interpretam suas relações com o parceiro.¹¹

Pelos inúmeros aspectos então relacionados à essa fase vivenciada pelas mulheres, torna-se importante a abertura de espaços de discussão, onde possam ser trocadas informações, sentimentos e subjetividades, para que o enfrentamento seja feito de forma sensível e intuitiva. Os grupos de discussão, têm se mostrado eficazes, para uma melhora da qualidade de vida dessas mulheres.¹²

Nos dias atuais, é crescente o número de mulheres que procuram os serviços de saúde, em busca de atendimento para falar de suas queixas e dos desconfortos vivenciados nesse período. Elas sofrem diante das alterações físicas, psicossociais e culturais, dentre as quais: a perda da juventude, da atração física, da fertilidade e o declínio da sexualidade. Sofrem igualmente, pela falta de um atendimento adequado, compreensivo e contínuo, em que possam manifestar as suas dificuldades.¹³

Os profissionais da saúde, em especial da Enfermagem, devem atuar junto às mulheres, preparando-as para esta importante fase de suas vidas, estimulando-as a se responsabilizarem pelo cuidado de si, resignificando e redirecionando suas condutas, assumindo, assim, o papel principal de suas vidas, para viverem o climatério de forma saudável.¹⁴

A enfermagem, como prática profissional exercida por grande número de mulheres, reprodutora do cuidado e de práticas preventivas, que possibilitam a produção de vida e não apenas a promoção de saúde, tem a possibilidade de praticar ações em saúde da mulher, que resgate a subjetividade de mulheres nesse período pela prestação de um cuidado, pautado nas necessidades e desejos das mulheres, num âmbito, em que sua própria percepção do mundo, enquanto mulher, pode fazer parte do grupo, agregando valor e conhecimento aos temas discutidos.¹⁵

Observa-se ainda uma prática assistencial em saúde da mulher de forma fragmentada, portanto, é necessário que a enfermagem, por ter a possibilidade de intervir neste universo

utilizando como recurso, seus conhecimentos profissionais e pessoais sobre a amplitude do ser mulher, promovendo resgate da autoestima, desenvolvimento e maior enfrentamento.¹⁶

Diante da questão que se apresentou o **objetivo geral** do estudo foi: Compreender como as mulheres percebem o processo do climatério e os **específicos** foram: identificar os sintomas e as dificuldades de se lidar com o climatério; identificar as necessidades de informação sobre essa fase; promover ações educativas de acordo com as necessidades identificadas, visando à melhora da qualidade de vida na fase do climatério.

MATERIAL E MÉTODOS

O estudo tratou-se de uma abordagem quanti-qualitativa, do tipo pesquisa ação.

Foi realizado em uma UBS (Unidade Básica de Saúde) do bairro São Jorge.

Amostra foi constituída por 19 mulheres de acordo com os critérios de inclusão e exclusão, foram como critério de inclusão, mulheres entre 40 e 65 anos de idade, que consentirem em participar da pesquisa e assinarem o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), e foram excluídas aquelas que não estiveram nessa faixa etária; que estavam desorientadas, que não tinham disponibilidade e não consentirem em participar do mesmo.

Para a realização da Pesquisa da Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais para apreciação e ao Secretário Municipal de Saúde, atendendo todas as diretrizes emanadas da Resolução 196/1996 do Conselho Nacional de Saúde (1996), tendo sido aprovado, nº 0315.0.213.000-11, de acordo com o anexo 1.

A coleta de dados teve início após a aprovação e foi solicitado que as participantes assinassem o TCLE, bem como será garantido o sigilo e a confidencialidade dos sujeitos pesquisados.

A pesquisa foi realizada em duas etapas, antes, porém foi realizado um pré-teste, para a validação do instrumento que foi utilizado para a coleta de dados.

Para a primeira etapa, foi realizada uma entrevista com as participantes individualmente, através do questionário semiestruturado elaborado pelas pesquisadoras. Anexo 2.

Antes de iniciar a entrevista, foi solicitado autorização das participantes, para a gravação, ressaltando a orientação, quanto ao sigilo e confidencialidade das informações obtidas. Após as entrevistas, as gravações foram transcritas e as falas foram organizadas e analisadas. Com base na percepção das necessidades das participantes, foi elaborado um plano de educação, apresentado

através de palestras (segunda etapa), juntamente com outros profissionais da UBS (Unidade Básica de Saúde), campo de pesquisa, entre eles o fisioterapeuta e a enfermeira.

No final das palestras, foi aplicado um questionário de validação, para verificar o aprendizado das participantes sobre as informações recebidas e entregue um folder sobre o climatério, elaborado pelas pesquisadoras.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Como mencionado, os dados quantitativos foram apresentados em tabelas e os dados qualitativos foram analisados e discutidos. Em relação aos dados quantitativos, as respostas foram agrupadas, de acordo com o perfil das mulheres na tabela abaixo:

Tabela 1 – Perfil dos Usuários – Poços de Caldas, 2012

Participantes	Variáveis	Nº	%	
IDADE	40 – 45 anos	2	10,52	Total: 100 %
	45 – 50 anos	0	0	
	50 – 55 anos	3	15,80	
	>55 anos	14	73,68	
ESTADO CIVIL	Solteira	4	21	Total: 100 %
	Casada	4	21	
	Divorciada	4	21	
	Viúva	6	32	
	Amasiada	1	5	
NÚMERO FILHOS	0	2	10,52	Total: 100 %
	1	4	21,05	
	2	6	31,60	
	3	2	10,52	
	4	1	5,26	
	>4	4	21,05	
RESIDE COM	Esposo	4	21,05	Total: 100 %
	Filhos	7	36,85	
	Irmão	1	5,26	
	Netos	1	5,26	
	Outros	6	31,58	
PROFISSÃO	Do lar	11	57,90	Total: 100 %
	Doméstica	5	26,31	
	Vendedora	0	0	
	Secretaria	0	0	
	Outras	3	15,79	
RENDA FAMILIAR	< 1 salário	9	47,36	Total: 100 %
	1 – 2 salários	10	52,64	
	2 – 3 salários	0	0	
	>Salários	0	0	
ESCOLARIDADE	Analfabeto	2	10,52	Total: 100 %
	Ensino F. Comp.	0	0	
	Ensino F. Incomp.	16	84,22	
	Ensino Médio	1	5,26	
	Ensino Superior	0	0	

Fonte: Dados obtidos da pesquisa, 2012.

De acordo com a tabela 1, pôde-se constatar que a idade média das mulheres estava acima dos 55 anos, 14 (73,68 %). A maioria eram viúvas 6 (31,60%); e 7 delas residiam com os filhos (36,85%).

A profissão era do lar, 11 (57,90%); a renda familiar foi de 1 a 2 salários mínimos, 10 (52,64%) e a escolaridade, foi ensino fundamental incompleto, 16 (84,22%).

Diante desses dados verificou-se que a maioria das participantes era de uma baixa classe social, com pouca instrução, o que levou a concluir que o nível de informação sobre saúde, incluindo o climatério eram deficientes. Esses dados corroboraram com os de Mendonça¹⁷, que apontou que existe diferença, no nível de compreensão do climatério, entre as mulheres, dependendo do seu grau de formação.

Os estudos epidemiológicos mostraram que as mulheres que têm maior acesso às informações, superam com mais tranquilidade esse período e têm outras expectativas com relação à vida; a maternidade e a ausência da menstruação.¹⁷

**Tabela 2 - Acompanhamento Biopsicossocial dos Usuários
Poços de Caldas, 2012**

Questões	Alternativas	Nº	%
2 - Uso de Medicação	Sim, Qual: Captopril (2) Propranolol (3)	15	78,95
	Não	4	21,05
			Total: 100 %
3 - Problemas de Saúde	Sim, Qual: Diabetes (4) HAS (4)	14	73,69
	Não	5	26,31
			Total: 100 %
4 - Acompanhamento Clínico	Sim, Qual: Diabetes (2) Cardiologista (2) HAS (1)	11	57,90
	Não	8	42,10
			Total: 100 %
5 - Prática de atividade física	Sim, Qual: Hidro (1) Bicicleta(1) Caminhada (2)	4	21,05
	Não	15	78,95
			Total: 100 %
6 - Participa de atividades comunitárias	Sim, Qual: Centro social (1) Igreja (4) Club Mães (1)	6	31,57
	Não	13	68,43
			Total: 100 %
7 - Atividades de lazer	Nenhuma	16	84,22
	Cinema	0	0
	Grupo terceira idade	2	10,52
	Dança	0	0
	Teatro	0	0
	CRAS	1	5,26
			Total: 100 %

Fonte: Dados obtidos da pesquisa, 2012.

Constatou-se que 15 delas (78,95%), faziam uso de medicamentos, dentre os quais, os fármacos *Captopril e Cloridrato de Propranolol*. A maioria sofria de alguma patologia, destacando, a *diabetes mellitus e hipertensão arterial*, 14 (73,69%); sendo que 11(57,90%) não estavam em acompanhamento clínico.

Entre as atividades citadas por 4 (21,05%) delas, destaca-se a caminhada, bicicleta e hidroginástica.

Com relação a se faziam alguma *atividade social*, obteve-se que 6 (31,57%) frequentavam a comunidade através do centro social, igrejas e clube de mães e 3 (15,78) frequentavam os grupos de terceira idade e o CRAS (Centro de Referência de Assistência Social). Chamou a atenção ainda que elas não mencionaram nenhuma atividade de lazer.

Constatou-se também que a maioria delas, relataram ter diversas preocupações com os familiares, refletindo na falta de tempo para si mesmas e para o lazer e outras atividades.

Esses dados destacaram a importância da atuação do enfermeiro, enquanto membro de uma equipe multidisciplinar de saúde, proporcionando o desenvolvimento de atividades voltadas à educação e ao estímulo ao autocuidado e com isso proporcionar a essas mulheres uma melhor qualidade de vida.¹⁸

A implantação dos serviços de atenção primária por uma equipe de multiprofissionais contribuirá para atender as necessidades dessa população de forma integral e melhorando a qualidade da assistência prestada.¹⁹

Ressaltam ainda que as mulheres no período do climatério têm maiores expectativas de receber apoio e alívio para suas queixas do profissional da saúde, em especial o enfermeiro.¹⁴ Compreende-se também, que as mulheres vivem mais do que os homens, e a qualidade de vida, interfere reduzindo a incidência de doenças cardiovasculares; e a mudança no estilo de vida é essencial para a manutenção da saúde, sendo que a prática regular de atividade física é eficaz na prevenção e tratamento de diversas patologias.²⁰

Existem uma relação inversa entre o exercício praticado regularmente e as causas de morte na mulher pós-menopáusia. Os estudos têm demonstrado o efeito benéfico do exercício na prevenção primária e secundária de diversas doenças, relatando também, os efeitos benéficos do exercício sobre os fogachos e a depressão psíquica no climatério.²¹

Descreve que a prevalência da ansiedade ocorre nas fases de transição durante o climatério. Nesses estágios, as mulheres se tornam mais vulneráveis e sensíveis à quadros ansiosos, decorrente da redução progressiva dos estrogênios, uma vez que esse esteroide exibe nítida ação ansiolítica. Uma alta prevalência foi atribuída a fatores associados durante esse

período, como a síndrome do “ninho vazio”, presença de hipertensão arterial, *diabetes mellitus*, perdas e mudanças físicas.²²

Com relação ao que elas tinham de conhecimento sobre o climatério, identificou-se que elas não detinham informações adequadas sobre esse período como se pôde constatar nas falas:

*Bem, eu não sei te responder isso;
Climatério é a menopausa eu acho que é a mesma coisa né, as ondas de calor, isso né.*

Quanto aos sintomas expressos, notou-se que a maioria delas, apresentou cefaléia, ondas de calor, dores musculares; e alterações psíquicas como a depressão e o nervosismo, embora afirmassem esses sintomas, não prejudicaram no convívio familiar.

Sobre a assistência prestada pelo enfermeiro, constatou-se que não haviam recebido nenhuma orientação nesse período. Esses achados coincidem com os estudos que mostram que a dificuldade no acesso às informações e aos serviços da promoção primária, associados a falta do envolvimento da mulher no contexto da saúde e na solução dos seus problemas, resultam em situações de risco e de casos já existentes e futuros entre a população feminina.¹¹

Ressaltam que as mulheres no climatério convivem com dúvidas, anseios, desejos de superação dos problemas de saúde e socioeconômicos durante essa fase.¹⁴

Reforçam que as mulheres apresentam poucas informações nessa fase, sofrendo os aspectos negativos decorrentes das manifestações da síndrome climatérica, e que é indispensável o acesso às informações sobre esse período, para que as mesmas tenham compreensão das mudanças vivenciadas e sejam capazes de superar essas dificuldades com mais segurança.¹⁸

Com base nesses dados obtidos, propôs-se uma palestra sobre a atenção à saúde da mulher, que envolveu uma definição sobre o climatério, os sinais, sintomas; as diferenças entre climatério e menopausa, e os cuidados necessários, para que esse período seja mais saudável.

Para a realização das palestras, foi feita uma convocação de todas as mulheres que participaram da entrevista, por meio de ligação telefônica, sendo definido o dia e a hora, que eram de comum acordo.

Compareceu para a palestra, 5 mulheres do total das participantes (19). Foi então realizada uma segunda convocação, sendo que neste, compareceram 4; totalizando, portanto 9 participantes.

Em ambas as palestras houve intensa participação das mulheres, enriquecendo as informações propostas.

No final de cada palestra, foi aplicado um questionário de validação, com o intuito de identificar se as dúvidas anteriormente levantadas foram esclarecidas.

Houve unanimidade nas respostas satisfatórias, quanto às informações transmitidas, como se pôde observar:

Achei muito legal, aprendi muita coisa.

Ótimas, porque explicou bem as dúvidas, foi um bate papo muito legal.

Eu gostei muito, porque é muito importante saber, mais tem coisas que eu não gosto de comer.

Gostei demais, foi muito importante.

Ótimas, porque as informações passadas são atualizadas e esclareceu as dúvidas.

Com relação às sugestões para a continuidade do processo educativo pela enfermeira da unidade, as respostas mencionadas foram incluir nas orientações, informações sobre *diabetes mellitus*, ansiedade, colesterolemia e prática de exercícios físicos.

CONCLUSÃO

Fez parte do estudo 19 mulheres, de baixo nível socioeconômico e de pouca instrução, com média de idade entre 40 a 65 anos, no período do climatério. Os resultados demonstraram a falta de conhecimento das participantes sobre esse período.

A pesquisa foi realizada em duas etapas, sendo que na primeira, identificou quais informações as participantes tinham sobre essa fase e a seguir elaborou-se uma palestra, com base nas necessidades detectadas. Em seguida, foi validado as informações transmitidas e as sugestões para continuidade do processo pela enfermeira da unidade.

Dessa forma, compreende que o enfermeiro tem a função de ajudar na desmitificação no climatério, que é visto como um período de inutilidade, onde o profissional atuará como um facilitador do processo da mulher si perceber, vendo o seu valor como um ser essencial, e adquirindo hábitos de uma melhor qualidade de vida, consciência e autonomia sobre o seu corpo, identificando os limites da saúde e da doença.

Entende-se também que o trabalho do enfermeiro nessa fase deve ser desenvolvido de forma articulada, com uma equipe de multiprofissionais, para que possam implementar medidas estratégicas atendendo as suas necessidades.

Outra questão que merece ser pontuada é o papel da Universidade na formação dos egressos, despertando a atenção, do futuro profissional sobre tudo o enfermeiro, em relação às

questões relativas à saúde da mulher, focando nas ações preventivas através das orientações a esse público com o intuito de proporcionar um padrão de vida mais saudável, além de romper os paradigmas de uma medicina biomédica para uma visão mais reflexiva e humanista, junto á sociedade, contribuindo para um futuro melhor associado ao conhecimento técnico-científico; preparando-os para o mercado de trabalho.

REFERÊNCIAS

1. Freitas KM, Silva ARV, Silva RM. Mulheres vivenciando o climatério. *Acta Scientiarum Health Sciences*. [periódico da internet]. Maringá (PR), 26(1), jan./jun. 2004. p.121-28. [acesso em: 2011 Set 20]. Disponível em: <http://periodicos.uem.br/ojs/index.php/ActaSciHealthSci/article/viewFile/1633/1065>.
2. Lorenzi DRS, Danelon C, Saciloto BIP Jr. Fatores indicadores da sintomatologia climatérica. *Rev Bras Ginecol e Obstet*, 27(1).2005. 8p. [acesso em: 2011 Set 20]. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbgo/v27n1/24286.pdf>.
3. Nahas EAP et al. Influência da terapêutica hormonal prévia sobre os indicadores de prognóstico do câncer de mama em mulheres na pós-menopausa. [periódico da internet]. *Rev Bras Ginecol e Obstet*, 27(1), mar. 2005, p.112-27. [acesso em: 2011 Set 19]. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbgo/v27n3/24931.pdf>.
4. Pedace AF, Halbe HW. Aspectos psicológicos do climatério. *Sin. Ginec. Obstet*. 1(2), 1992.
5. Galvão LLL et al. Prevalência de transtornos mentais comuns e avaliação da qualidade de vida no climatério. *Rev. Assoc Méd Bras*. [periódico da internet]. São Paulo (SP), 53(5), set./out. 2007. p.414-20. [acesso em: 2011 Set 14]. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ramb/v53n5/a17v53n5.pdf>.
6. Silveira IL, et al. Prevalência de sintomas do climatério em mulheres dos meios rural e urbano no Rio Grande do Norte, Brasil. *Rev. Bras. de Ginecol e Obstet*. [periódico da internet]. Rio de Janeiro (RJ), 29(8), ago. 2007. p. 415-22. [acesso em: 2011 Set 14]. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbgo/v29n8/a06v29n8.pdf>.
7. Lorenzi DRS, Baracat EC, Saciloto B, Jr IP. Fatores Associados à qualidade de vida após a menopausa. [periódico da internet]. *Caxias do Sul (RS)*, 2006. [acesso em 2011 Jan]; 52(5):312-7. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ramb/v52n5/a17v52n5.pdf>.
8. Valença CN, Nascimento JM Fº, Germano RM. Mulher no climatério: reflexões sobre desejo sexual, beleza e feminilidade. *Saúde e Sociedade*. [periódico da internet]. São Paulo (SP), 19(2), jun. 2010, p.273-85. [acesso em: 2011 Set 14]. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/sausoc/v19n2/05.pdf>.
9. Andréia FN, et al. Depressão no climatério: indicadores biopsicossociais. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*. [periódico da internet]. Rio de Janeiro (RJ), 55(4), 2006. p.274-79. [acesso em: 2011 Set 14]. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/jbpsiq/v55n4/a03v55n4.pdf>

10. Oliveira DM, Jesus MCP, Merighi MAB. O Climatério sob a ótica de mulheres assistidas em uma Unidade de Saúde da Família. [periódico da internet]. Juiz de Fora (MG), 11(1), jan./mar. 2008. p.42-53. [acesso em: 2012 Out 19] Disponível em: <http://www.ufjf.br/nates/files/2009/12/042-053.pdf>.
11. Oliveira DM, Jesus MCP, Merighi MAB. Climatério e sexualidade: a compreensão dessa interface por mulheres assistidas em grupo. Texto & Contexto Enferm. [periódico da internet]. Florianópolis (SC), 17(3), jul./set. 2008. p.519-26. [acesso em: 2011 Set 14]. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/tce/v17n3/a13v17n3.pdf>.
12. Trindade WR, Ferreira MA. Grupo feminino de cuidado: estratégia de pesquisa-cuidado à mulher. Rev. Bras Enferm. [periódico da internet]. Brasília (DF), 62(3), maio/jun. 2009. p.374-80. [acesso em: 2011 Set 14]. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/reben/v62n3/07.pdf>.
13. Fernandes MR, Gir E, Hayashida M. Sexualidade no período climatério: Situações vivenciadas pela mulher. Rev. da Escola de Enfermagem da USP. [periódico da internet]. Ribeirão Preto (SP), 2005 Jun-Fev. [acesso em: 2012 Out 14]; 39(2): 129-35. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/reusp/v39n2/02.pdf>.
14. Zampieri MFM et al. O processo de viver e ser saudável das mulheres no climatério. Escola Anna Nery. [periódico da internet]. Rev de Enferm, 13(2), jun. 2009. p.305-12. [acesso em: 2012 Set 19]. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ean/v13n2/v13n2a10.pdf>.
15. Vargens OMC, Progianti JM. O processo de desmedicalização da assistência à mulher no ensino de enfermagem. Rev. Escola Enferm da USP. [periódico da internet]. São Paulo (SP), 38(1), mar. 2004. p.46-50. [acesso em: 2011 Set 14]. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/reusp/v38n1/06.pdf>.
16. Reis CB, Andrade SMO. Representações sociais das enfermeiras sobre a integralidade na assistência à saúde da mulher na rede básica. Ciência e Saúde Coletiva. [periódico da internet]. Rio de Janeiro (RJ), 13(1), jan./fev. 2008, p.61-70. [acesso em: 2011 Set 14]. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/csc/v13n1/10.pdf>.
17. Mendonça EAP. Representações médicas e de gênero na promoção da saúde no climatério/menopausa. [periódico da internet]. Rio de Janeiro (RJ), 2004, 9(1), p. 155-66. [acesso em: 2012 Ago 27]. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/csc/v9n1/19833.pdf>.
18. Valença CN, Germano RM Concepções de Mulheres Sobre Menopausa e Climatério, Rev. Rene. [periódico da internet]. Fortaleza (CE), 11(1), jan./mar. 2010, p.161-71. [acesso em: 2012 Out 19] Disponível em: <http://www.revistarene.ufc.br/revista/index.php/revista/article/view/366/pdf>.
19. Barbosa, IA. A Saúde da Mulher no Climatério: Contribuições da Enfermagem para a Saúde da Família. Revista UFMG. [dissertação]. Pedras de Maria da Cruz (MG), 2010 Jul. [acesso em: 2012 Nov. 02]. Disponível em: <http://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/2279.pdf>.
20. Zanesco A, Zaros PR. Exercício Físico e Menopausa. [periódico da internet]. Rio Claro (SP), 31(5), mar./mai. 2009, p. 254-61. [acesso em: 2012 Set 05]. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbgo/v31n5/v31n5a09.pdf>.
21. Leitão MB et al. Posicionamento oficial da Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte: Atividade Física e Saúde na Mulher. Rev. Bras Med. Esporte, Porto Alegre

(RS), 6(6), Nov./dez. 2000. [acesso em: 2012 Set 10]. Disponível em:
<http://www.scielo.br/pdf/rbme/v6n6/v6n6a01.pdf>.

22. Pereira, WMP et al. Ansiedade no Climatério: Prevalência e Fatores Associados. Rev. Bras C. D. Humano. Taubaté (SP), 19(1), 2009, p. 89-97. [acesso em: 2011 Set 14]
Disponível em: <http://www.revistasusp.sibi.usp.br/pdf/rbcdh/v19n1/09.pdf>.



ANEXO 1 - Questionário Aplicado na Ubs - Unidade da Atenção Básica de Saúde, no Sul de Minas Gerais.

Local: _____ Data: / / 2012

I Parte

1. Dados de identificação:

Nome: _____
Idade: 40 / 45 () 45 / 50 () 50 / 55 () >55 ()
Estado civil: Solteiro () Casado () Divorciado () Viúva () Amasiado ()
Número de filhos: Nenhum () 1 () 2 () 3 () 4 () >()
Com quem reside? _____
Profissão: Do lar () Doméstica () Vendedora () Secretária ()
Professora () Outras () Qual? _____
Renda Familiar: < 1 salário () 1 a 2 salários () 2 a 3 salários () > salários ()
Escolaridade: Analfabeto () Ensino Fundamental completo () Ensino
Fundamental incompleto () Ensino Médio () Superior ()

2. Faz uso de alguma medicação?
Sim () Não () Quais? _____
3. Tem algum problema de saúde?
Sim () Não () Quais? _____
4. Faz algum tipo de acompanhamento?
Sim () Não () Qual? _____
5. Prática alguma atividade física?
Sim () Não () Qual? _____
6. Participa de alguma atividade comunitária?
Sim () Não () Qual? _____
7. Participa de alguma das atividades de lazer abaixo?

Cinema () Grupo de terceira idade () Danças () Teatro ()

Outras _____

II Parte

A) O que você entende por climatério?

B) Quais as alterações que você percebeu em seu corpo nesse período?

C) Houve alguma mudança na sua relação com seus familiares nessa fase?

D) Qual a assistência que você recebeu (ou está recebendo) do enfermeiro da unidade nessa fase?
