



## IMPACTOS À SAÚDE E A QUALIDADE DE VIDA DA MULHER CLIMATÉRICA

Ana Eulária Silva Costa<sup>1</sup>

Valéria de Oliveira Lourenço<sup>2</sup>

Emilly de França Fontenele<sup>3</sup>

Gilce Helen Amorim da Silva<sup>4</sup>

Dafne Paiva Rodrigues<sup>5</sup>

### EIXO 5: ENFERMAGEM EM SAÚDE DA MULHER E SAÚDE DA CRIANÇA E DO ADOLESCENTE

#### INTRODUÇÃO

Ao longo dos anos, diversas são as mudanças fisiológicas das mulheres em suas distintas fases, como a menarca, gestação ou a menopausa. O climatério é uma das fases da vida da mulher caracterizada por grandes transformações psicossociais, metabólicas e hormonais, visto que é durante esse período que ocorre a transição da fase reprodutiva para não reprodutiva, causando uma redução na qualidade de vida (MOTA; MATOS; AMORIM, 2021).

Segundo Souza *et al.* (2021), durante o climatério há uma piora na qualidade de vida dessas mulheres, pois além do aparecimento de sintomas característicos dessa fase, que podem atrapalhar a vida cotidiana das mesmas, como perda da estrutura óssea, perda de ânimo e desejo sexual, há também o preconceito que é perpetuado pela sociedade e que se relacionam ao desenvolvimento de depressão, ansiedade e dispareunia.

Por conta do envelhecimento da população, principalmente de mulheres, que têm expectativa de vida que corresponde a 78,6 anos, espera-se que haja um aumento na procura dos serviços de saúde à queixas voltadas principalmente à fase climatérica (ASSUNÇÃO *et al.*, 2017).

Diante do exposto, delimitou-se o seguinte problema de pesquisa: quais os impactos causados à saúde e a qualidade de vida da mulher climatérica? O seguinte

1. Graduanda pela Universidade Estadual do Ceará

2. Graduanda pela Universidade Estadual do Ceará

3. Graduanda pela Universidade Estadual do Ceará

4. Enfermeira. Mestranda do Programa de Pós-graduação em Cuidados Clínicos em Enfermagem e Saúde- UECE

5. Enfermeira. Doutora em Enfermagem Pela Universidade Federal do Ceará

E-mail do autor: eularia.costa@aluno.uece.br

estudo tem como objetivo identificar na literatura científica os impactos relacionados à saúde e a qualidade de vida da mulher climatérica.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura com caráter descritivo-discursivo. A coleta de dados ocorreu no mês de abril de 2022, por meio do portal da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), mediada através de Descritores em Ciências da Saúde (DeCs): climatério, qualidade de vida, saúde da mulher, conectados pelo marcador booleano “AND”.

Os critérios de inclusão adotados foram as publicações no idioma português, com recorte temporal dos últimos cinco anos (2017 a 2022), estivessem disponíveis na íntegra e que respondessem à questão norteadora. Dessa forma, adotou-se a exclusão de dissertações, teses e publicações de outra natureza.

Na busca com os descritores, foram encontrados 14 artigos que estavam disponíveis na íntegra e após análise dos títulos utilizando os critérios de inclusão e exclusão adotados, reduziu-se a quantidade de artigos para 6 publicações, onde uma foi excluída por não responder a pergunta norteadora e outra por ser tese, sendo a amostra final composta por quatro artigos.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Diante da metodologia citada anteriormente, têm-se a amostra final de 4 artigos selecionados, sendo publicados entre os anos de 2017 e 2021. Em relação ao idioma, têm-se que os quatro estudos foram publicados na língua portuguesa e todos seguiram uma abordagem qualitativa. Dentre os objetivos dos estudos, observa-se o uso dos seguintes verbos: analisar, focando nos principais impactos e na qualidade de vida das mulheres em fase de climatério (2), avaliar, abordando a assistência prestada às mulheres climatéricas (1) e conhecer, no caso, as percepções das mulheres acerca do climatério (1).

Durante o climatério ocorre uma diminuição do hormônio estrogênio no organismo da mulher devido a diminuição da atividade ovariana. Tal fato corrobora gerando alterações que afetam a vida das mulheres, pois tais alterações se repercutem sobre os fatores endócrinos, físicos, emocionais e socioculturais da mulher. E no decorrer desse processo muitas mulheres se sentem menos produtivas

e relatam baixa disposição na realização das atividades diárias. Além disso, as mulheres também relatam ondas de calor, alterações de humor e dificuldade para dormir (ASSUNÇÃO *et al.*, 2017).

Além desses fatores citados, as mulheres durante esse período podem desenvolver dislipidemia, doenças cardiovasculares, diabetes mellitus, determinados tipos de neoplasias, obesidade, osteoporose e doenças autoimunes e tais comorbidades impactam negativamente na qualidade de vida da mulher. Diante disso, vale ressaltar que durante essa fase é necessário que a mulher possa buscar informações e atendimento com os profissionais de saúde no intuito de prevenir agravos e sintomas (MOTA; MATOS; AMORIM, 2021).

Diante do exposto, é importante que o profissional de enfermagem possa ter uma escuta qualificada, denote e tire as dúvidas acerca do climatério, oriente sobre manter um estilo de vida saudável como a implementação de atividade física e a inserção de alimentos ricos em nutrientes e com baixos valores calóricos, pois tal estratégia tem como finalidade diminuir as chances de desenvolvimento de certas comorbidades que podem acometer à saúde da mulher (SOUZA *et al.*, 2021).

Devido às alterações psíquicas ocasionadas pelo climatério, nota-se que a mulher pode desenvolver baixa autoestima, tristeza e depressão, ansiedade e insônia. Diante disso, faz-se necessário a presença de um profissional de saúde para que o mesmo possa orientar a mulher, pois a maneira que ela encara esse momento pode ser um fator que afete diretamente seu psicológico. Logo, é importante que o enfermeiro possa prestar um atendimento holístico, trabalhe a promoção da saúde e desmistifique acerca do período climatérico (PIECHA *et al.*, 2018). Promovendo assim, uma melhor qualidade de vida durante esse momento.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A busca na literatura científica evidenciou os impactos relacionados à saúde e a qualidade de vida da mulher na fase do climatério a partir das seguintes ações: alterações fisiológicas que levam a alteração de humor, o desenvolvimento de comorbidades que geram impactos na qualidade de vida e alterações psíquicas. Assim, percebeu-se que o cuidado com essas mulheres na fase climatérica deve ser iniciado de forma a promover qualidade de vida de vida para as mesmas, o

profissional de enfermagem é indispensável durante essa fase, pois o mesmo pode orientá-las quanto a meios que possam contribuir para promover a saúde dessas mulheres durante esse período.

## REFERÊNCIAS

ASSUNÇÃO, D.F.S. et al. Qualidade de vida de mulheres climatéricas. **Rev Soc Bras Clin Med.** v.15, n.2. p.80-83. 2017.

MOTA, L.J; MATOS, G.V.; AMORIM, A.T. Impactos do climatério em mulheres do sudoeste baiano. **Research, Society and Development.** v.10, n.7. 2021.

PIECHA, V.H. et al. Percepções de mulheres acerca do climatério. **Rev Fundam Care online.** v.10, n. 4. p. 906-912. 2018.

SOUZA, B.M.S. et al. Assistência à saúde da mulher climatérica: uma revisão de literatura. **Research, Society and Development.** v.10, n.17. 2021.

