

CONSTRUINDO O SIGNIFICADO DO CLIMATÉRIO: O DEPOIMENTO DE MULHERES MENOPAUSADAS DE UMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE DO MUNICÍPIO DE CAMPINA GRANDE-PB

THAISY SARMENTO BATISTA DE OLIVEIRA
THALINY BATISTA SARMENTO DE OLIVEIRA
ROGÉRIA MÁXIMO DE LAVÔR

PAULO CESAR LIMA DE SOUSA JUNIOR
UNIVERSIDADE FEDERAL DE CAMPINA GRANDE, CAMPINA GRANDE – PB, BRASIL
thaisysarmento@hotmail.com

INTRODUÇÃO

O Climatério, termo derivado da palavra Klimater (ponto crítico), envolve a fase da meia idade que vai desde os 35 aos 60 anos da mulher. É a transição entre a fase reprodutiva e não reprodutiva da mulher, compreendendo um longo período que começa pela passagem do ciclo ovulatório potencialmente fértil para um período de falência ovariana, incluindo, portanto a fase pré-menopausa e pós-menopausa; assim, a menopausa é caracterizada apenas pela última menstruação, a qual é diagnosticada após um período de um ano de amenorreia (LIMA, 2002).

Como ressalta o Ministério da Saúde, o climatério corresponde à fase da vida da mulher na qual ocorre a transição do período reprodutivo até a senectude, variando de 40 a 65 anos de idade (BRASIL, 2006).

O climatério e a menopausa são terminologias bastante confundidas, não raramente sendo utilizados como sinônimos, inclusive em artigos científicos, porém vale destacar que a primeira se refere a um período relativamente indefinido, enquanto a segunda é utilizada para designar a última menstruação.

Para muitos autores, como a própria etimologia retrata, o climatério é considerado um período crítico, pois múltiplos fatores atuam simultaneamente de forma positiva e negativa, favorecendo mudanças profundas nessas mulheres (FERREIRA, 1999).

Deste modo, devem-se valorizar a necessidade da criação de programas de promoção à saúde visando à prevenção, promoção e assistência integral à saúde física e mental das mulheres na fase da maturidade, propondo intervenções de caráter grupal, o qual possibilita apoio no enfrentamento das situações adversas, troca de experiências, suporte emocional, conhecimento quanto aos temas relativos do climatério e do processo do envelhecer, dentre outros (BARREIRA, 2007).

Estudos têm demonstrado que sintomas relacionados a alterações da sexualidade, à depressão e ansiedade são frequentes em casos de expectativas negativas do climatério. Na realidade, a visão que a mulher tem desse período será determinante do seu comportamento (MILANEZ, 1999).

O climatério se constitui em importante aspecto a ser considerado na vida da mulher, tendo em vista a necessidade de se desconstruir pré-conceitos, reconstruir conceitos e construir uma nova imagem da mulher no climatério, fundamentada em valores pessoais, sociais e estéticos, na perspectiva deste novo século e milênio. Diante do exposto o presente trabalho tem como objetivo identificar os significados atribuídos ao climatério a partir de do depoimento de mulheres menopausadas.

METODOLOGIA

Por se tratar de um estudo cujo objeto são os significados atribuídos ao climatério pelas mulheres que o vivenciam, foi adotada uma abordagem qualitativa, com método de investigação subsidiado na fenomenologia, que permite apreender os fenômenos na

singularidade de cada pessoa e na complexidade das circunstâncias do mundo em que ambos se encontram envolvidos e cujo objetivo é os significados atribuídos ao climatério pelas mulheres que o vivenciam.

A fenomenologia é uma ciência descritiva, rigorosa, concreta, que mostra e explicita o ser nele mesmo, que se preocupa com a essência do vivido. Busca conhecer os significados atribuídos à experiência vivida, que se revelam a partir das descrições dos sujeitos. Ela procura interrogar a experiência vivida e o significado que o sujeito lhe atribui, centrando-se na relação sujeito-objeto-mundo.

Para compreender a expressão viva de uma pessoa é necessário tentar captar, intuitivamente, a sua vida, conforme é por ela própria vivida; ou, em outras palavras, é preciso procurar penetrar no existir da pessoa, para descobrir, além das palavras e dos gestos, o sentido que se encontra contido na sua comunicação.

Os dados foram coletados no período de maio a outubro de 2010, na unidade básica de saúde da família Novo Cruzeiro localizado no bairro Cruzeiro em Campina Grande - PB após o consentimento da secretaria municipal de saúde. A investigação contou com a participação de 12 mulheres selecionadas aleatoriamente entre aquelas que se encontravam na faixa etária de 45 a 60 e cinco anos e que concordaram em participar do estudo, as quais foram informadas sobre a pesquisa e seus objetivos. As entrevistas foram realizadas, após assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido sendo-lhes assegurado o anonimato em relação à preservação de suas identidades, conforme a Resolução nº 196/96, do CNS.

Percebeu-se que a maioria delas encarou o nosso encontro como uma oportunidade de reflexão e de abertura, querendo realmente falar sobre seus sentimentos, uma vez que no dia a dia isso não acontece, principalmente em consultas ambulatoriais onde os atendimentos são muito rápidos e objetivos.

A entrevista se desenvolveu a partir das seguintes questões norteadoras: Que significa para você o climatério? Como é o seu cotidiano nessa fase? Que mudanças em sua vida você atribui ao climatério? Que mecanismos você utiliza/utilizou para o enfrentamento do climatério?

Na condução do método fenomenológico, o pesquisador/observador põe em suspensão qualquer teoria, crença, concepção, conhecimento prévio sobre o estudado para ir à busca da pré-compreensão, denominada de posição prévia.

Os relatos não devem ser direcionados pela quantidade de entrevistas realizadas, mas pela busca da qualidade nas quais os depoimentos empáticos possam levar à compreensão do fenômeno vivido e não à sua explicação. A fenomenologia leva a uma reflexão e uma oportunidade de mudança.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após a transcrição das falas, das leituras e releituras, emergiram quatro unidades de significação que representam a compreensão sobre o que as mulheres pensam, como sentem, percebem, se comportam e expressam a vivência do climatério na cotidianidade.

A compreensão vaga e mediana é uma compreensão pré-reflexiva que se dá no cotidiano, como nós somos antes de tudo e na maioria das vezes e não faz distinção entre o que é mera repetição e o que foi conquistado, mas tudo compreende. Assim, para as mulheres que fizeram parte deste estudo a vivência dos primeiros momentos do climatério se dá com sintomas desagradáveis como: calor, sudorese, insônia, dor nas pernas, sangramento vaginal, aumento de peso, depressão, modificando de imediato o cotidiano das mesmas.

“...Mal-estar, eu não tinha ânimo, só queria ficar deitada, não conseguia nem me levantar, passei a tomar remédio e a engordar mais...”(E1)

“... Quando começou a parar a menstruação senti angústia, suor falta de ar...” (E6)

“...Acho que foi uma situação não muito agradável porque havia muito sangramento, dor na perna...”(E4)

A vivência do climatério associada à diminuição da libido, a negação da sexualidade, a perda da capacidade reprodutiva e ao início do processo de envelhecimento também são relatadas pelas mulheres como:

“...O que eu percebi foi uma certa dificuldade quanto ao relacionamento sexual, é preciso mais cuidado, mais um aconchego pra você realmente estar a fim...” (E7)

“...Quando você descobre que aquele processo (referindo-se ao climatério) faz parte do teu envelhecimento você passa a ter outra cabeça, você vê que você muda vários valores, psicologicamente, é uma fase muito complexa...” (E3)

“...As pessoas pensam que eu estou mentindo, mas não é não, é verdade, eu não sinto um pingo de vontade (referindo-se ao sexo)...” (E11)

“...Sentia uma sensação de uma flor que estava murchando, era isso a sensação que eu sentia que eu estava murchando...” (E12)

Observa-se que as mulheres na vivência do climatério se mostram na inautenticidade que é o modo próprio de ser da compreensão e da presença.

É na cotidianidade, em que nós nascemos e vivemos na maioria das vezes, um ser aí lançado em um mundo, que já estava aí e que estará aí depois dele. Assim sendo, a presença, entregue a um aí, é sempre um serem situação: ser mulher na vivência do climatério.

A mulher no climatério se encontra na cotidianidade, exposta ao falatório de tudo que se diz sobre o climatério, que não se restringe apenas à repetição oral da fala, ele assume um caráter autoritário e se expande no que se escreve. A fala se funde no que se lê e no que se ouve dizer. O impessoal prescreve a disposição e determina o que e como se vê.

“...Eu não sei até que ponto essas ondas de calor, que todo mundo atribui ao climatério, foi em mim mais intensa ou não. Eu conversei com a obstetra e ela disse: não, se você não está mais sentindo nada tudo bem, não tem porque você achar que é diferente...” (E9)

“...Tem gente que falta sono, sente dor nas pernas. Às vezes que até se interna, vomita, tem aquelas tontura...” (E10)

O tempo para o homem tem significado peculiar: a temporalidade humana não é uma soma de momentos, mas uma extensão compreensiva do passado, do presente e do futuro. Assim, é possível perceber o movimento de transformação que as mulheres deste estudo realizam, da inautenticidade para a autenticidade, em um tempo próprio, quando elas se liberam do aprisionamento e do encobrimento de si mesmas através dos sinais e sintomas do climatério e esquecem os sinais e sintomas que inicialmente relataram como vivência dos primeiros momentos da chegada do climatério, período muitas vezes tão falado e esperado, e buscam alternativas para o enfrentamento e superação de seus problemas e dificuldades, através dos recursos disponíveis, suas possibilidades, assumindo seu modo de ser mais próprio, um poder-ser e redirecionando suas vidas. A vivência do climatério abre novas possibilidades de vida para as mulheres.

“...Para surpresa minha o climatério trouxe outras soluções, porque parece até brincadeira, mas eu nunca aceitei a idéia de menstruar, para mim menstruar sempre foi um problema, para começar era doloroso, menstruar para mim era uma doença...(E5)

“...Meu dia-a-dia é muito bom “(risos), agora eu fico mesmo só em casa, não tem mais filho pequeno, é muito bom...” (E2)

“...Agora eu me tornei mais vaidosa, excessivamente mais vaidosa. Até com a casa; mudou tudo, eu passei a me cuidar mais, do meu físico, da minha pele, da casa, tudo depois dos 40...” (E4)

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As mulheres que participaram deste estudo expressam a vivência do climatério como um resgate da lembrança da menarca, como possibilidade de adoecimento existencial, tal como, historicamente, aconteceu com a menstruação, anteriormente interpretada como adoecimento, quando as mulheres se referiam a este período, também cercado de restrições e pré-conceitos, mas que atualmente é encarado sob outras perspectivas.

Apesar da realidade da longevidade das mulheres e da evolução da ciência e da tecnologia atual, as mulheres deste estudo mostram a vivência do climatério inicialmente dominada pela publicidade, relacionando uma série de manifestações desagradáveis, ditas e apresentadas por outras pessoas, nem sempre assumidas e reconhecidas como próprias.

As mulheres se referem à alteração da imagem corporal como problema capaz de transtorná-las, quando veem o seu corpo se modificando e têm uma expectativa negativa quanto à diminuição da libido, ao mesmo tempo em que buscam se adaptar às peculiaridades desse período.

Para o enfrentamento do climatério, a mulher lança mão de várias alternativas: hormônios, dietas, exercícios físicos, florais de Bach e até vida regrada como alternativa para enfrentá-lo melhor. Os profissionais de saúde precisam buscar compreender as mulheres nessa fase da vida para melhor orientar suas ações no sentido de dar apoio e suporte ao atendimento de suas necessidades, estimulando suas potencialidades.

Por ser o humano um ser de possibilidades, considera-se que a mulher climatérica se abre para novas possibilidades, gosta da idéia de não mais menstruar, tornando-se mais vaidosa e reconhecendo-se mais tranquila. A aceitação dos nossos limites pessoais e humanos é o segredo de uma existência plena, harmoniosa e serena.

O processo de envelhecer não é um evento pontual, mas sequencial e contínuo, a partir do nascimento, que, como as demais fases da vida, precisam ser compreendidas existencialmente, assumidas por todos nós. Dessa forma, compreender o vivido das mulheres no climatério para nortear os profissionais envolvidos, abre assim novos horizontes para a assistência a essas mulheres em programas de atenção à saúde e promoção da qualidade de vida.

Palavras-chave: Climatério; menopausa; saúde da mulher; fenomenologia.

REFERÊNCIAS

Barreira KS, Vieira LJES. **O olhar da enfermagem para o idoso: revisão da literatura.** R Enferm UERJ. 2004; 12:332-7. R Enferm UERJ, Rio de Janeiro, 2007 jul/set; 15(3):370-5. p.375 Almeida LHRB, Luz MHBA, Monteiro CFS

Ferreira JAS. A perimenopausa. In: Fernandes CE, Melo NR, Wheba S. Climatério feminino. São Paulo: Editora Lemos; 1999. p.41-56

Halbe HW. **Tratado de ginecologia**. São Paulo: Roca; 2003.

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Síntese dos indicadores sociais, 2010**. [citado em 23 set 2011]. Disponível em :<http://www.ibge.gov.br>.

Lima CP, Lopes GP, Brendler J, Lima RP. **Sexualidade e climatério**. *Femina*. 2002; 30(8):577-80.

Milanez MRM, Nery IS. **Percepção das mulheres sobre o climatério**: bases para a assistência de enfermagem [monografia graduação]. Teresina (PI): Universidade Federal do Piauí; 1999.

Ministério da Saúde (Br). **Assistência ao climatério**. Departamento de Assistência e Promoção à Saúde. Serviço de Assistência à Saúde da Mulher. Brasília (DF): Coordenação Materno-Infantil; 2006.

Negreiros JR, Silva MM, Luz VLS. **Sexualidade no climatério** (monografia especialização em saúde pública). Teresina (PI): Universidade Federal do Piauí; 2002.

Organização Mundial da Saúde. Relatório **mundial anual**. Genebra (Swi): OMS; 2003.

Pinho Neto JS. Climatério: **abordagem terapêutica**. [citado em 18 ago 2002]. Disponível em: <http://www.vienet.com.br/starfire/sobrac/artigos/climatério.htm>.

Roses M. **O futuro da saúde pública: uma nova visão para as Américas**. [citado em 03 out 2005]. Disponível em: <http://www.opas.org.br/mostrant.cfm>.

Sociedade Brasileira para Estudo do Climatério. **Saúde e bem-estar quando a menopausa chegar: uma homenagem à mulher brasileira**. São Paulo: Editora Sobrac; 2007

Autor principal:

Thaisy Sarmiento Batista de Oliveira

Rua Augusto dos Anjos, n. 06, Bairro: Maria de Lourdes Sarmiento Meira,

Sousa – PB, CEP: 58.802-740

Telefone: 0(83) 3521-2979; 0(83)9904-6199

Email: thaisysarmiento@hotmail.com