

ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM NO CLIMATÉRIO: ESTUDO BIBLIOMÉTRICO

Jucielly Ferreira da Fonseca¹
Marília Souto de Araújo²
Soraya Maria de Medeiros³

RESUMO

Objetiva-se, com base na literatura, descrever sobre a assistência de enfermagem no climatério. Trata-se de uma pesquisa bibliométrica, de abordagem descritiva realizada através do Portal de Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior, *Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature* e na *Scientific Electronic Library Online* a partir dos descritores: Climatério e Assistência de Enfermagem. A amostra foi composta de sete artigos. Os resultados apontaram que a assistência de enfermagem a mulher no climatério deve ser pautada nos seguintes fatores: sexualidade, controle da falta de lubrificação e atrofia vaginal, escuta qualificada, reposição hormonal, estímulo a atividade física, controle do aumento da temperatura e cefaleia, suporte psíquico e alimentação saudável. Portanto, deve-se repensar a forma de abordagem à saúde das mulheres climatéricas, para que se haja uma assistência qualificada e de maneira holística.

Palavras-chave: Climatério, Saúde da Mulher, Assistência de Enfermagem, Envelhecimento.

INTRODUÇÃO

Mudanças nos padrões demográficos e epidemiológicos demonstram a ampliação da maior idade da população brasileira. Tal aspecto gera reflexões sobre a necessidade de melhorias na qualidade de vida a fim de promover um envelhecimento saudável, o que aponta para o desenvolvimento de uma assistência que propicie o cuidado e autonomia da população.

No Brasil e no mundo, a feminilização da população idosa é um fator que chama atenção, tanto em aspectos quantitativos quanto nos impactos que isso traz para a sociedade (MOURA; DOMINGOS; RASSY, 2010).

¹ Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Norte- UFRN, juciellyffonseca@gmail.com;

² Enfermeira. Especialista em Enfermagem do trabalho. Mestranda do Programa de pós-graduação em Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Norte – UFRN, mariliasdearaujo@yahoo.com.br

³ Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Docente do curso de graduação em Enfermagem e do Programa de pós-graduação em Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Norte – UFRN, sorayamaria_ufrn@hotmail.com

Tem-se que até 2020, o Brasil terá entre 40 e 50 milhões de mulheres ingressando na segunda metade da vida (OLIVEIRA, 2000). Esta fase é equivalente ao período climatérico para a mulher, caracterizado como sendo um evento biológico, e não patológico, limitando-se pela transição do período reprodutivo e o não reprodutivo (OMS, 2004).

O climatério envolve mulheres na faixa etária de 35 a 65 anos de idade, tornando-se um evento de grande importância em suas vidas, uma vez que esta fase se caracteriza por modificações intensas tanto ligado às questões fisiológicas quanto psicológicas, emocionais, familiar e ocupacional (LORENZI et al, 2015).

Desse modo, é fundamental que haja uma assistência holística por parte dos profissionais, que vise desde à promoção da saúde, o diagnóstico precoce, o tratamento imediato dos agravos, à prevenção de danos e os sintomas relacionados para que assim produza-se um cuidado de qualidade gerando um envelhecimento com saúde (BRASIL, 2008).

Além disso, o cuidado deve ser pautado em questões éticas acompanhado de uma boa formação e capacitação dos profissionais de enfermagem, para que estes possam prestar orientações efetivas, educação em saúde e aconselhar em questão da qualidade de vida da mulher.

Tem-se, dessa forma, que o climatério é um processo de mudanças, sejam elas físicas e/ou emocionais, 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 (BELTRAMINI et al., 2010).

A aproximação com esse público traz à tona as fortes ligações presentes entre o climatério e ao modo de envelhecer, influenciando sua maneira de pensar e agir para o autocuidado e a autoestima (ZAMPIERE et al., 2009; ARAÚJO et al., 2013).

Dessa forma, uma atenção à saúde adequada no climatério tende a contribuir potencialmente para um envelhecimento com menos impactos negativos, principalmente, no aspecto sexual, apontado por diversos estudos como fator que interfere na qualidade de vida do público na terceira idade (HURD; AMESSE; RANDOLPH JUNIOR, 2005; BELTRAMINI et al., 2010; OLIVEIRA et al., 2017). Assim, tem-se que o climatério afeta cada uma das mulheres de modo diferente, repercutindo nos seus sentimentos e na sua qualidade de vida.

A assistência à saúde da mulher nesse ciclo é, evidentemente, fragilizada, no qual autores apontam a ausência dessa abordagem na academia e a consequente dúvida sobre a

atuação dos profissionais de saúde nesse aspecto. No âmbito da enfermagem, não se encontra um cenário diferente, em que a prática é restrita ao tratamento hormonal (LORENZI et al., 2009).

Portanto, resta claro, o impacto do climatério na qualidade de vida da mulher com consequências potenciais para a terceira idade; entretanto, tem-se a fragilidade da assistência à saúde para esse público e um vazio acadêmico de publicações tratando a assistência de enfermagem no climatério como objeto de estudo.

Para a reflexão da temática abordada, levantou-se a seguinte questão de pesquisa: como ocorre a assistência de enfermagem no climatério? Com isso, objetiva-se, com base na literatura, descrever sobre a assistência de enfermagem no climatério.

METODOLOGIA

O estudo baseia-se em uma abordagem quantitativa, como procedimento técnico adota-se a análise bibliométrica com abordagem descritiva. A pesquisa foi elaborada a partir da leitura de estudos que envolvem a assistência de enfermagem no climatério.

Justifica-se a escolha dessa pesquisa, pois é necessário que se entenda o funcionamento da assistência em enfermagem no climatério como um aspecto principal que favorece para uma melhor qualidade de vida no processo de envelhecimento feminino.

Realizou-se a coleta de dados no mês de abril de 2019, através do Portal de Periódicos da CAPES/MEC, dispondo-se do acesso CAFE, *Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature* (Cinahl) e na *Scientific Electronic Library Online* (SciELO). A busca foi realizada nas dependências de uma instituição pública de ensino superior, por duas pesquisadoras.

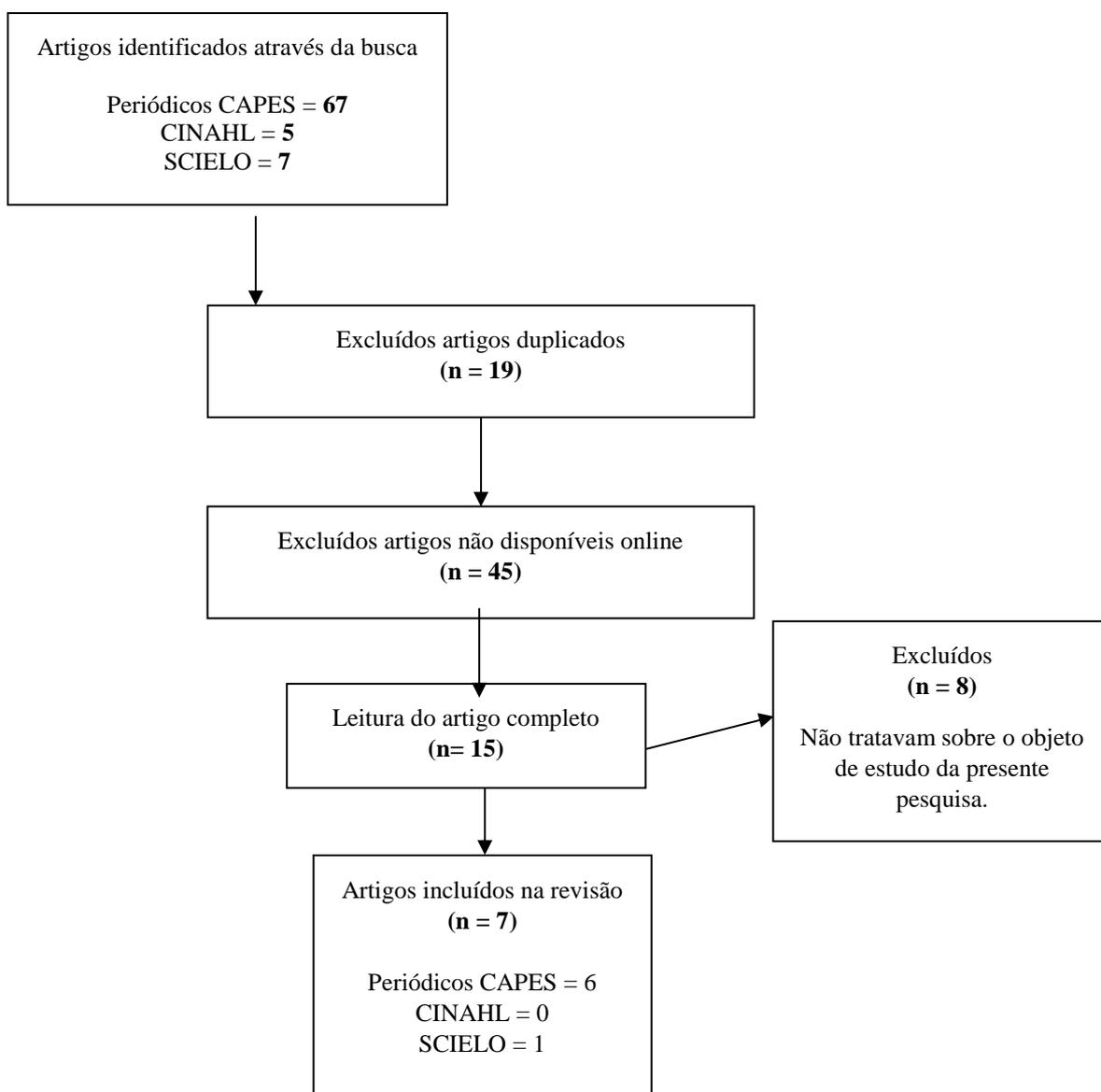
Os critérios de inclusão para a seleção das referências foram: artigos disponíveis em formato eletrônico para acesso gratuito em texto completo; estudos disponíveis nos idiomas inglês, espanhol e português; estudos de pesquisa. Foram excluídos: artigos que não abordassem a temática do estudo e artigos duplicados nas bases pesquisadas. Considerando a pouca quantidade de estudos sobre a temática em apreço, não houve uma delimitação temporal.

Utilizou-se os seguintes descritores: assistência em enfermagem e climatério, cruzados através do moderador booleano “AND”, segundo a classificação dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS). Com isso, foram encontrados 67 artigos através do acesso ao Portal de

Periódicos CAPES/MEC, aplicando-se o filtro “recurso online” restou 27 e após leitura minuciosa selecionou-se 6 artigos.

A Cinahl disponibilizou cinco artigos, e após o filtro todos foram excluídos. Por fim, a Scielo dispunha de sete artigos, sendo cinco duplicados e por isso, excluídos; um artigo atendeu ao objetivo do estudo. Com isso, conforme apresentado no fluxograma abaixo, a amostra final foi composta 7 artigos.

Figura 01 - Seleção da amostra.



O climatério corresponde ao período que ocorrer o término da fase reprodutiva e o começo de uma fase que reflete modificações fisiológicas, emocionais e sociais. Constituído por um período decisivo e importante na vida da mulher, marcado pela instabilidade dos níveis de hormônios.

Desse modo, a queda gradativa dos hormônios são gerados pela falência dos ovários, possuindo como consequências desconfortos que variam de mulher a mulher, envolvendo também questões pessoais e sociais. Os sinais e sintomas mais conhecidos nessa fase são os fogachos, como também as tonturas, calafrio, palpitação, dor no corpo, dor de cabeça, aumento de peso, visão turva, falta de ar, mal-estar, mudanças no humor, irritabilidade, insônia, transtornos de memória (FREITAS; SILVA; SILVA, 2004).

Além disso, é comum que com o declínio do estrogênio ocorra uma atrofia urogenital, que possa causar desconforto na mulher, como também interferindo diretamente no libido, dificultando suas relações sexuais. (LORENZI et al., 2009).

Portanto, é notável que o estudo desse tema é de grande relevância, uma vez que a sociedade brasileira, principalmente a feminina, possui uma expectativa de vida maior com o passar dos anos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Compuseram o presente estudo 07 artigos, caracterizados quanto aos aspectos que envolvem: autoria, ano de publicação, base de dados, periódico e o respectivo qualis, tipo de estudo e o nível de evidência. Como pode ser verificado no quadro 01, ratifica-se a predominância de publicações sobre a temática há mais de dez anos.

Quadro 1: Caracterização dos artigos segundo autor/ano, base de dados, periódico/qualis e tipo de estudo. Natal-RN, 2019

| ID | Autor/ano | Base de dados | Periódico/Qualis | Tipo de estudo | Nível de evidência |
|----|------------------|---------------------|---|---|--------------------|
| 1 | Nery (1996) | Periódicos CAPES | Revista Brasileira de Enfermagem A2 | Estudo exploratório de abordagem descritiva | s/e |
| 2 | Fernandes, Gyr e | Periódicos | Revista da Escola de | Estudo descritivo de | s/e |

| | | | | | |
|---|----------------------------------|---------------------|--|---|-----|
| | Hayashida (2005) | CAPES | Enfermagem da USP A1 | análise de conteúdo | |
| 3 | Molina e Suazo (2009) | Periódicos CAPES | Revista Brasileira de Enfermagem A2 | Análise reflexiva | s/e |
| 4 | Santos e Saraiva (2004) | Periódicos CAPES | Revista Brasileira de Pesquisa em Saúde B1 | Estudo exploratório de abordagem descritiva | s/e |
| 5 | Freitas, Silva e Silva (2004) | Periódicos CAPES | Acta Scientiarum. Health Sciences B2 | Estudo descritivo- exploratório | s/e |
| 6 | Lorenzi et al. (2009) | Periódicos CAPES | Revista Brasileira de Enfermagem A2 | Análise reflexiva | s/e |
| 7 | Berni et al. (2007) | SCIELO | Revista Brasileira de Enfermagem A2 | Estudo descritivo de abordagem qualitativa | s/e |

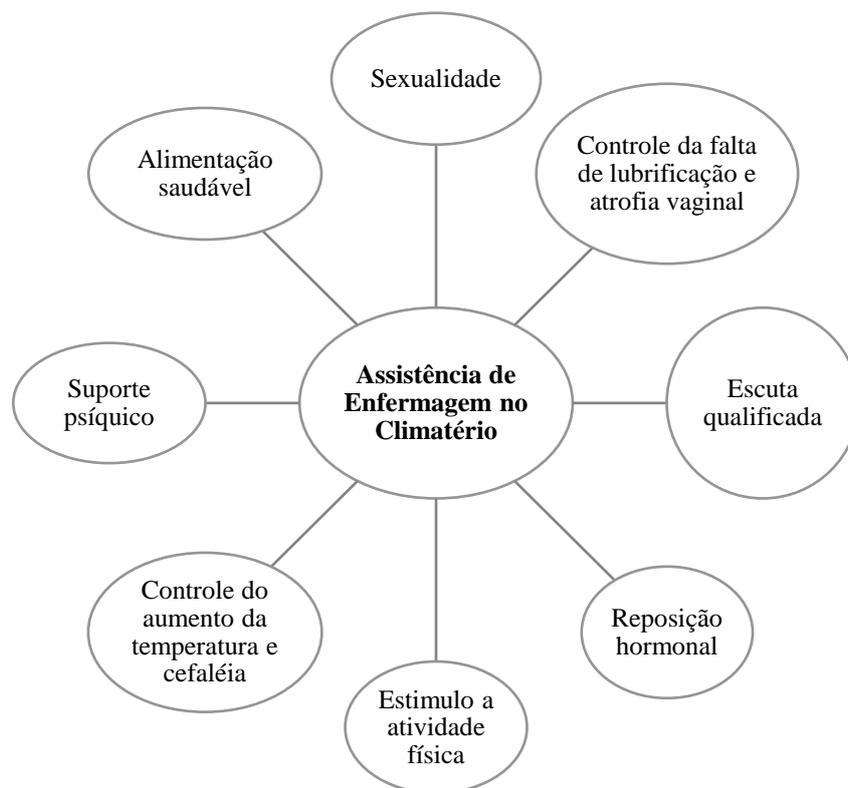
* s/e: sem evidência científica.

Quanto às bases de dados, houve preponderância de estudos encontrados no Portal de periódicos CAPES. Sobre a abordagem metodológica, verificou-se que todos os estudos são de abordagem qualitativa.

No que concerne ao nível de evidência, foi realizada a análise com base em *Oxford Centre for Evidence-based Medicine* (2009) e na *Joanna Briggs Institute* (2014) e constataram-se que, todos os estudos que tratam de intervenções voltadas a saúde da mulher climatérica não apresentam evidência científica.

Nenhum estudo se referiu especificamente à como deveria se dá a assistência de enfermagem, entretanto, os resultados trouxeram subsídios para que se pudesse visualizar como deve-se realizar essa prática. Com isso, a figura 02 apresenta a proposta de assistência de enfermagem voltada para mulheres no climatério de acordo com a amostra do estudo.

Figura 02 - Assistência de Enfermagem no climatério conforme a amostra do estudo.



Em todos os artigos foram evidenciados os aspectos sexuais como sendo os fatores que mais possuem potencial de diminuir a qualidade de vida das mulheres climatéricas. Aspectos como a diminuição da libido e atrofia vaginal é o sintoma mais comum e que mais incomodam as mulheres.

Além disso, outros sintomas foram apontados, tais como: ondas de calor ou fogachos, insônia, nervosismo, depressão, hipertensão arterial, incontinência urinária e sem parceiros fixos ou com uma autopercepção ruim do seu estado geral (FERNANDES et al., 2008).

Dessa forma, a intensidade dos sintomas do climatério pode afetar a sexualidade, a resposta sexual ou o padrão de desempenho sexual da mulher neste período (ALVES et al., 2015). Entretanto, as mulheres que vivenciam essa fase revelam que não procuram se informar sobre as causas das alterações pelas quais estão passando, porque não têm vez de serem escutadas (FREITAS; SILVA, 2004).

Ressalta-se que estudos demonstram que a falta de conhecimento dificulta a aproximação com o profissional de saúde, pelo fato de se sentirem incapazes de expressar o que sentem ou serem ridiculizadas por conta de suas perguntas (LANDERDAHL, 2002; FREITAS; SILVA, 2004).

Tem-se no climatério um processo complexo que além de ocorrer transformações que abrangem aspectos fisiológicos, os impactos psíquicos, sociais e culturais merecem cuidado e atenção.

Corroborando com isso, Gonçalves e Merengui (2005), se faz necessário desconstruir a associação de climatério a basicamente uma “síndrome da falência ovariana” e sim, considera-lo como um processo que envolve múltiplos fatores.

Outro fator evidenciado como necessário na assistência de enfermagem está o estímulo à alimentação saudável e a realização de exercícios físicos, visto que em a osteoporose e a obesidade geralmente acometem as mulheres no climatério, considerando a diminuição de estrogênio (BELTRAMINI et al., 2010; FEBRASGO, 2014).

Estudos demonstram que as mulheres que praticam atividade física por, pelo menos, três vezes na semana tem os sintomas do climatério manifestados em menor propensão (GONÇALVES et al., 2011; CANÁRIO, 2011; ALVES et al., 2015).

A atuação na reposição hormonal é tida, de acordo com a literatura, como a principal forma de atuação da equipe de enfermagem nesse contexto, e a reposição de hormônios tem efeitos significativos na amenização dos fenômenos vasomotores, principais do climatério (MIRANDA; FERREIRA; CORRENTE, 2014).

Entretanto, resta claro a complexidade dessa fase e a necessidade de uma escuta qualificada a fim de atuar na perspectiva de reduzir ao mínimo possível a forma com que as mulheres vivenciam o climatério a fim de possibilitar um envelhecimento saudável.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Observando-se os estudos, apontou-se para a importância dessa fase na vida da mulher, já que traz consigo uma série de modificações física, emocionais e psicossociais, o que faz com que seja necessária uma maior assistência de saúde a esse público feminino.

Além do mais, percebeu que a falta de conhecimento teórico e prático é presente na assistência de enfermagem. Desse modo, busca-se por informações, uma vez que a prática assistencial adequada de enfermagem torna melhor o processo adaptativo das mulheres climatéricas.

Portanto, deve-se repensar a forma de abordagem de saúde as mulheres climatéricas, junto a outros profissionais de saúde, para que possa implementar ações e medidas de prevenção e promoção para que possa atender as necessidades desse público. Baseando-se em

uma prática educativa, pra que se haja um melhor bem-estar global da mulher, para que sejam ativas e desfrutem de um envelhecimento com qualidade.

REFERÊNCIAS

ALVES, E.R.P.; et al. Climatério: a intensidade dos sintomas e o desempenho sexual. **Texto Contexto Enferm**, Florianópolis, v. 24, n. 1, p. 64-71, mar. 2015.

ARAÚJO, I.A.; et al. Representações sociais da vida sexual de mulheres no climatério atendidas em Serviços Públicos de Saúde. **Texto e Contexto**, v. 22, n. 1, p. 114-122, 2013.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Manual de Atenção à Mulher no Climatério/Menopausa**. Brasília (DF): Ministério da Saúde, 2004.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Protocolos da Atenção Básica: Saúde das Mulheres**. Brasília: Ministério da Saúde, 2016.

CANARIO, A.C.G. **Avaliação dos efeitos da atividade física sobre a qualidade de vida de mulheres de meia idade**: estudo de base populacional. 2011. Dissertação (Mestrado) - Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Programa Pós-Graduação em Ciências da Saúde, Natal, RN, 2011.

DE LORENZI, D.R.S.; et al. Assistência à mulher climatérica: novos paradigmas. **Rev Bras Enferm**, Brasília, v. 62, n. 2, p. 287-93, abr. 2009.

FEBRASGO. **Climatério**: manual de orientação. São Paulo (SP): Ponto, 2004.

FERNANDES, A.L.R.V.; et al. Sexuality in Brazilian women age 40 to 65 years or more of formal education: associated factors. **Menopause**, v. 15, n. 2, p. 264-9, 2008.

FERNANDEZ, M.R.; GIR, E.; HAYASHIDA, M. Sexualidade no período climatérico: situações vivenciadas pela mulher. **Rev Esc Enferm USP**, São Paulo, v. 39, n. 2, p. 129-135, jun. 2005. Disponível em http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342005000200002&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 06 mai. 2019.

FREITAS, K.M.; SILVA, A.R.V.; SILVA, R.M. Mulheres vivenciando o climatério. **Acta Scientiarum. Health Sciences**, Maringá, v. 26, no. 1, p. 121-128, 2004.

GONÇALVES, A.K.S.; et al. Impacto da atividade física na qualidade de vida de mulheres de meia idade: estudo de base populacional. **Rev Bras Ginecol Obstet**, v. 33, n. 12, p. 408-13, 2011. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbgo/v33n12/v33n12a06.pdf>. Acesso em: 06 mai. 2019.

GONÇALVES, R.; MERIGUI, M.A.B. **Vivenciando o climatério**: o corpo em seu percurso existencial à luz da fenomenologia. 2005. Tese (Doutorado) - EEUSP, Escola de Enfermagem de São Paulo, São Paulo, 2005.

HURD, W.W.; AMESSE, L.S.; RANDOLPH JUNIOR, J.F. Menopausa. In: BEREK, J.S. **Novak**: Tratado de Ginecologia. 13ª ed. Rio de Janeiro: Editora Guanabara, 2005.p.1035-64.

INSTITUTE JBI. **Joanna Briggs Institute Reviewers' Manual: 2014 Edition**. Adelaide: Joanna Briggs Institute, 2014. Available from: <http://joannabriggs.org/assets/docs/sumari/ReviewersManual-2014.pdf>. Acesso em: 06 mai. 2019.

LANDERDAHL, M.C. Mulher climatérica – uma abordagem necessária ao nível de atenção básica. **Nursing**, n. 47, p. 20-25, abr. 2002.

LEITE, E.S.; et al. Perspectivas de mulheres sobre o climatério: conceitos e impactos sobre a saúde na atenção básica. **Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online**, Rio de Janeiro, v. 4, n. 4, p. 2942-52, 2012. Disponível em: http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/1850/pdf_636. Acesso em: 10 abr. 2019.

LORENZI D.R.S.; et al. Assistência à mulher climatérica: novos paradigmas. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, v. 62, n. 2, p. 287-293, abr. 2009.

MOURA, M.A.V.; DOMINGOS, A.M.; RASSY, M.E.C. A qualidade na atenção à saúde da mulher idosa: um relato de experiência. **Esc Anna Nery**, v. 14, n. 4, p. 848-855, dez. 2010.

NERY, I.S. Perfil do atendimento à população feminina nos serviços públicos de saúde. **Rev Bras Enferm**, Brasília, v. 49, n. 4, p. 485-496, dez. 1996. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71671996000400003&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 06 mai. 2019.

OLIVEIRA, A.S. Osteoporose: uma visão atual. **Femina**, v. 20, n. 8, p. 407-18, ago. 2000.

OLIVEIRA, Z.M.; VARGENS, O.M.C.; ACIOLI, S.; et al. Cuidado de enfermagem no climatério: perspectiva desmedicalizadora na atenção primária de saúde. **Rev enferm UFPE on line.**, Recife, v. 11, n. Supl. 2, p. 1032-43, fev. 2017.

OXFORD. Oxford Centre for Evidence-Based Medicine. **Levels of evidence**. 2009. Available from: <http://www.cebm.net/oxfordcentre-evidence-based-medicine-levels-evidencemarch-2009/>. Acesso em: 06 mai. 2019.

SALAZAR MOLINA, A.; VALENZUELA SUAZO, S. Teoria de Orem aplicada a intervenciones durante embarazo y climaterio. **Rev Bras Enferm.**, Brasília, v. 62, n. 4, p. 613-619, ago. 2009. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S003471672009000400021&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 06 mai. 2019.

SANTOS, Z.M.S.A.; et al. Auto-estima de mulheres hipertensas que vivenciam o climatério. **RBPS**, v. 17, n. 1, p. 31-6, 2004.

ZAMPIERI, M.F.M.; et al. O processo de viver e ser saudável das mulheres no climatério. **Esc Anna Nery**, v. 13, n. 2, p. 305-12, jun. 2009.