

PERCEPÇÃO DE MULHERES NO CLIMATÉRIO SOBRE A SUA SEXUALIDADE

Cecília Timóteo LUCENA¹

Maria Cidney da Silva SOARES²

Estela Rodrigues Paiva ALVES³

Déborah Karollyne Ribeiro RAMOS⁴

Jaqueline Pereira MOURA⁵

Renata Clemente dos SANTOS⁶

Maria Djair DIAS⁷

Recebido em: 13/01/2014 - Aprovado em: 30/06/2014 - Disponibilizado em: 30/07/2014

RESUMO

Objetivo: conhecer a percepção de mulheres no climatério sobre a sua sexualidade. **Método:** trata-se de um estudo exploratório-descritivo com abordagem qualitativa, envolvendo 15 mulheres no climatério de uma unidade de saúde da família, realizado entre os meses de outubro e novembro de 2011. Para a coleta das informações, foi utilizado um formulário semiestruturado, empregando a técnica de entrevista com gravação das falas. A análise foi realizada por meio da Análise de Conteúdo, na modalidade Temática. **Resultados:** nesse estudo, apresentaremos os resultados do núcleo temático “Diminuição da Libido como mudanças relacionadas à sexualidade no período climatérico”. **Considerações finais:** algumas mulheres revelaram alterações na sexualidade. No entanto, outras, não apresentaram queixas relacionadas.

Descritores: Enfermagem. Saúde da mulher. Climatério. Sexualidade. Promoção da saúde.

PERCEPTION OF CLIMACTERIC WOMEN ABOUT THEIR SEXUALITY

ABSTRACT

Objective: understand the perception of postmenopausal women about their sexuality. **Method:** this is a descriptive exploratory study with a qualitative approach, involving 15 postmenopausal women of a family health unit, carried out between the months of October and November 2011. To collect the information, we used a semi-structured form, using the interview technique with recording of statements. The analysis was performed by means of content analysis, thematic modality. **Results:** in this study, we present the results of the thematic core "Decreased Libido as changes related to sexuality in the climacteric period." **Conclusion:** some women revealed changes in sexuality. However, others, had no complaints.

Descriptors: Nursing. Women's health. Climacteric. Sexuality. Health promotion.

¹ Enfermeira. Graduada pela Faculdade de Ciências Médicas de Campina Grande – PB.

² Doutoranda em Enfermagem pela Universidade Federal da Paraíba. Membro do Grupo de estudos em História oral e saúde da mulher. Líder do GEPE (grupo de Estudos em Enfermagem FCM). profcidneysoares@hotmail.com.

³ Doutoranda em Enfermagem pela Universidade Federal da Paraíba. Membro do Grupo de estudos em História oral e saúde da mulher. E;mail: rodrigues.estela@gmail.com

⁴ Mestre em Enfermagem pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte. Vice líder do GEPE (Grupo de Estudos em Enfermagem FCM).

⁵ Enfermeira. Especialista em Pediatria. Integrante do GEPE (Grupo do Estudos em Enfermagem FCM). Jack_pmoura@hotmail.com

⁶ Enfermeira. Coordenadora da escola técnica de enfermagem Nossa senhora da Consolação. Integrante do GEPE (Grupo do Estudos em Enfermagem FCM).

⁷ Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Professora adjunta da Universidade federal da Paraíba. Líder do Grupo de Estudos em História Oral e Saúde da Mulher.

PERCEPÇÃO DE LAS MUJERES CLIMATÉRICAS SOBRE SU SEXUALIDAD

RESUMEN

Objetivo: conocer la percepción de las mujeres posmenopáusicas acerca de su sexualidad. **Método:** se trata de un estudio descriptivo exploratorio con abordaje cualitativo, participaron 15 mujeres postmenopáusicas de una unidad de salud de la familia, llevado a cabo entre los meses de octubre y noviembre de 2011. Para recopilar la información se utilizó un formulario semi-estructurado, utilizando la técnica de la entrevista con la grabación de las declaraciones. El análisis se realizó mediante el análisis de contenido, modalidad temática. **Resultados:** en este estudio, se presentan los resultados del núcleo temático "Disminución de la libido como los cambios relacionados con la sexualidad en el climaterio." **Conclusión:** algunas mujeres revelaron cambios en la sexualidad. Sin embargo, otros, no tuvimos quejas. **Descriptores:** Enfermería. Salud de la mujer. Climaterio. Sexualidad. Promoción de la salud.

INTRODUÇÃO

Durante toda a vida a mulher passa por diversas alterações relacionadas ao seu aparelho reprodutor, vivenciando transformações que caracterizam cada fase vivida até chegar ao período do climatério, sendo esta marcada por muitas mudanças, tanto físicas quanto psicossociais, dentre elas, as alterações na sexualidade.

O climatério é o período em que a função dos ovários diminui de forma gradativa até cessar completamente (menopausa), envolve uma fase de mudanças que duram muitos anos, ou seja, não ocorre de forma súbita, sendo este um processo normal, que caracteriza o término da fase reprodutora da mulher, nada mais é que um período fisiológico (BRASIL, 2008).

Esse período é marcado por várias alterações que ocorrem de forma geral, bem como modificações no aparelho genital, que são marcadas por desconfortos sexuais relatados pelas mulheres ao passar por essa fase. Muitas podem ainda, no que diz respeito

às modificações gerais, não apresentar nenhuma alteração, mas outras podem relatar mudanças que mereçam uma atenção especial, embora não sejam patológicas, como as ondas de calor ou fogachos, suores, aumento da pressão arterial, insônia, irritabilidade, entre outras (POLISSENI et al, 2009).

As alterações do aparelho genital dão-se pelo fato dos ovários nessa fase apresentarem corpos lúteos escassos, como ameaça do seu desaparecimento, onde o desenvolvimento ou maturação dos folículos ocorrem de maneira irregular, sumindo ao fim desse período. As mamas tornam-se amolecidas e os pelos genitais ficam escassos e a vagina sofre ressecamento pela falta da ação do estrogênio e o útero ainda diminui de tamanho (LORENZI et al, 2009; ZEMISHLANY; WEIZMAN, 2008).

Com todas essas modificações as mulheres buscam uma melhor forma de adaptar-se a essa fase, ou seja, procuram uma melhor forma de passar por esse período. Estudos mostram que modificações alimentares, a prática de exercícios físicos ou

em outros casos a chamada terapia hormonal, funcionam como forma de amenizar os sinais e sintomas percebidos neste período (BRASIL, 2008).

Entre tantas alterações, pode ocorrer diminuição do desejo sexual, pois nesse período a mulher fica com menos lubrificação vaginal o que pode causar desconforto durante a relação sexual com o seu parceiro, podendo também surgir quadros de tristeza, desânimo e baixo autoestima, pois o corpo não é mais o mesmo e com isso sua libido pode diminuir (BRASIL, 2008; LORENZI et al, 2005; VALADARES et al, 2008).

Sabe-se então que o climatério trata de um ciclo ou etapa inevitável da vida da mulher, podendo gerar insatisfação sexual pelos motivos já citados. As alterações biopsicossociais afetam a vida da mulher de modo que a qualidade das relações sexuais pode diminuir pelo fato de ter que haver mais estímulo sexual durante a atividade sexual, em decorrência do ressecamento vaginal ou falta de lubrificação, provocando dor e desconforto durante a relação (VALENÇA; NASCIMENTO FILHO; GERMANO, 2010; ARDENE; ARAÚJO, 2007).

Podemos dizer então, que o climatério pode significar uma etapa diferente para cada mulher, ou seja, para algumas pode representar somente o fim da reprodução enquanto que para outras, representa o encerramento das experiências sexuais ou até o início de vários conflitos com ela mesma,

cônjuge ou sociedade, como separação, ou enfrentar preconceitos relacionados a essa temática o que afeta em geral sua qualidade de vida afetiva, pessoal e até profissional (MINAYO, 2004).

Esse estudo justifica-se por tratar de um assunto de interesse relacionado à enfermagem que contribui para propiciar informações, ou seja, contribuir de forma assistencial por meio do desenvolvimento de ações, desde assistenciais, quanto de educação em saúde com o objetivo de promover um melhor conhecimento para que as mulheres vivenciem este período de suas vidas de forma mais positiva.

A partir desse enfoque, surgiu o seguinte questionamento: Toda mulher que vivencia o climatério percebe alterações na sua sexualidade? Para responder ao questionamento, formulamos o seguinte objetivo: conhecer a percepção de mulheres no climatério sobre a sua sexualidade.

MÉTODO

Trata-se de um estudo exploratório-descritivo com abordagem qualitativa, desenvolvido na Unidade de Saúde da Família (USF) Tambor II, situado no bairro do Tambor, em Campina Grande/PB, nos meses de outubro e novembro de 2011.

Participaram da pesquisa 15 mulheres no climatério, usuárias da referida USF que desejaram participar da investigação de forma

voluntária, após a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, antecedido de explicação dos objetivos e finalidade da pesquisa, desde que atendessem aos critérios de inclusão: ter idades entre 40 e 65 anos e que tivessem parceria sexual por pelo menos seis meses antes da data de início da coleta dos dados.

A seleção da amostra se deu por acessibilidade devido ao fato de não haver um cadastro específico das mulheres que se encontravam no período do climatério. Devido a esta limitação, optou-se por abordar todas as mulheres que frequentaram os consultórios médico e de enfermagem no dia de consulta reservado para o atendimento em saúde da mulher, durante o período da coleta.

Como instrumento de coleta de dados foi utilizado um formulário de entrevista semiestruturado e empregada a técnica de entrevista, onde os depoimentos foram gravados com uso de um dispositivo eletrônico, do tipo MP4. A técnica de entrevista é um dos procedimentos mais utilizados no tocante a coleta de material empírico, porque permite a relação e a interação entre o pesquisador e a entrevistada, favorecendo uma proximidade que ajuda na revelação de sentimentos e relatos espontâneos durante a investigação (BARDIN, 1994).

Para a análise foi adotada a definição de Análise de Conteúdo (AC), modalidade temática proposta por Bardin, que a conceitua

como: um conjunto de técnicas de análise das comunicações que visa obter, por procedimentos sistemáticos, a descrição do conteúdo das mensagens que permitam a inferência de conhecimentos relativos às condições de produção/recepção (variáveis inferidas) destas mensagens (BRASIL, 1996).

A análise de conteúdo foi desenvolvida seguindo as seguintes etapas: leitura flutuante do material empírico, fase inicial de contato e assimilação das primeiras impressões dos textos; constituição do corpus de análise, realizada pela organização do material e delimitação do número de textos a serem trabalhados; levantamento de núcleos de sentido (temas); agregação dos dados em categorias e, por fim, a análise do corpus (BRASIL, 1996).

A partir da exploração do material foram realizados o levantamento dos temas abordados e a agregação dos mesmos em categorias que emergiram da análise.

Os nomes das entrevistadas foram trocados por nomes fictícios para evitar a identificação dos sujeitos e suas falas preservadas com os erros coloquiais da linguagem oral.

O estudo foi submetido à apreciação do Comitê de Ética e Pesquisa da Faculdade de Ciências Médica, atendendo às orientações que rege a Resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde (OLIVEIRA; JESUS; MERIGHI, 2008) do qual obteve parecer favorável sob o CAAE nº 0075.0.405.000-11.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram entrevistadas 15 mulheres que se encontravam no período do climatério no momento da pesquisa. Em relação ao estado civil, 100% delas eram casadas, a faixa etária variou entre 44-62 anos e todas tinham filhos.

A identificação dos temas mais incidentes nos discursos permitiu a identificação de categorias que evidenciaram, segundo a percepção de mulheres no climatério, as alterações que ocorrem neste período e seus efeitos sobre a sua sexualidade. Nesse estudo, apresentaremos os resultados do núcleo temático “Diminuição da Libido como mudanças relacionadas à sexualidade no período climatérico”.

Diminuição da libido como mudanças relacionadas à sexualidade no período climatérico

Durante a fase do climatério ocorrem diversas transformações no organismo feminino que resultam em várias queixas. Dentre tantas alterações destacam-se as relacionadas à sexualidade da mulher onde a mesma sofre diversas mudanças, sendo a perda do desejo sexual uma das alterações que mais afetam a qualidade de vida sexual dessas mulheres. Essa é uma das principais queixas nos consultórios de ginecologia e que pode se compreendida como um problema que ocorre devido ao fato da redução da produção de

estrogênio, mudanças fisiológicas que normalmente ocorrem com as mulheres (BRASIL, 2008; ZEMISHLANY; WEIZAMAN, 2008; MINAYO, 2004).

Nesse estudo, podemos perceber que essa afirmação se confirma, pois a maioria das mulheres entrevistadas relatou ter diminuição do desejo sexual, o que pode caracterizar uma disfunção sexual, como pode ser observado nos seguintes discursos:

“ Eu não tenho mais vontade de ter relação como tinha antes [...] Aí isso mudou muito, a pessoa fica sem vontade de fazer, porque antes eu tinha mesmo muita vontade, eu era como se diz assim muito fogosa”. (Íris, 54a)

“ [...] Olhe eu num tenho mais um pingo de vontade mesmo de fazer nada [...] Tem não viu, antes eu tinha era muita vontade, mas agora nem falta faz”. (Gérbera, 53a)

“Assim nesses últimos tempos agora eu sou uma pessoa totalmente fria, num tenho nenhuma vontade de fazer nada de jeito nenhum, sabe [...] Inclusive as minha colegas brinca comigo [...] diz que eu tou ficando velha e eu acho que tou mesmo,

porque realmente eu não sinto mais prazer de nada... Antes era normal eu procurava e tudo, mas hoje [...]”. (Amarílis, 49a)

“ Eu não tenho mais vontade não, perdi o desejo mesmo aí o marido fica com raiva as vez né? Porque ele vem procurar a pessoa e a pessoa não quer mais nada e eu não quero e ele fica danado e eu fico chateada com isso sabe. Porque eu não tenho mais a vontade que eu tinha antes, num tenho vontade mais não”. (Lírio, 55a)

Em muitos casos, as mudanças que atingem a mulher durante o climatério em relação à sexualidade, abalam de alguma forma seu relacionamento, o convívio com o companheiro torna-se mais difícil, pois muitas vezes os homens não conseguem entender as mudanças que as mulheres passam quando está nessa fase, o que pode gerar brigas, discussões, desentendimentos e até separação.

No discurso de Lírio, destaca-se a fala: *“aí o marido fica com raiva”* que mostra a insatisfação do parceiro pelo fato de sua companheira não relatar mais vontade de ter relação sexual e isso se dá pela falta de compreensão do mesmo e muitas vezes pela falta de uma conversa entre os dois. Algumas vezes, essa intolerância pode não está atrelada

ao fato de não haver a vontade de praticar atividade sexual, mas sim com a insatisfação do convívio com o parceiro (ALVES, 2010).

Esse fato se dá quando o casal não possui um relacionamento de afeto, companheirismo, lealdade, quando não são cúmplices, quando o relacionamento se faz sem uma aproximação do casal, sendo assim quando a relação se dá dessa forma o homem enxerga sua mulher somente para o ato sexual (MINAYO, 2004).

Vemos a partir desses estudos acima citados que as mudanças enfrentadas pelas mulheres com relação a sua sexualidade, bem como amorosa e conseqüentemente conjugal, muitas vezes vai depender de como é seu casamento, como o casal, juntos, passam por essa fase, pois as crises conjugais podem resultar da incompreensão que muitos homens possuem a cerca desse assunto.

Outro ponto que merece destaque sobre a alteração/diminuição da libido é acerca da lubrificação vaginal, embora não citada explicitamente pelas participantes, durante o período do climatério ocorre, de forma fisiológica, uma diminuição dessa lubrificação que pode causar desconforto e dor durante a relação sexual, pois a lubrificação vaginal tem como função facilitar a penetração do pênis, durante o coito.

A diminuição da lubrificação faz com que muitas mulheres não mantenham uma vida sexual ativa e satisfatória e por vezes, algumas delas, resolvem não ter mais

atividade sexual, mas não por falta de vontade e sim pelo desconforto ou pela dispauremia em decorrência da secura vaginal que comumente ocorre no período do climatério. Essa condição contribui diretamente para o aparecimento das disfunções sexuais e mudanças significativas no padrão de sexualidade e de certa forma influenciando muitas vezes de forma negativa a sua relação conjugal.

Em um estudo realizado em Minas Gerais 55% das entrevistadas relataram apresentar o ressecamento vaginal (SILVA; FERREIRA; TANAKA, 2010). Em contrapartida nesse estudo o que mais as participantes mencionaram acerca da diminuição da libido foi mesmo a falta de interesse, a falta de vontade em ter uma relação sexual. Outro estudo revelou que a diminuição do desejo sexual deu-se em 55.7% das participantes em um estudo realizado no município de Rio Grande, Estado do Acre (LORENZI; SACIOTO, 2006).

Poucas mulheres relataram não haver nenhuma mudança no que se refere ao seu relacionamento sexual, onde reforçam que apesar dos sintomas, ou manifestações presentes durante essa fase, à sexualidade não necessita ser afetada (FREITAS et al, 2006).

Observemos os discursos abaixo que relataram não sofrer modificações durante o climatério:

“De sexo? Não do jeito que eu era antes disso eu sou agora, mudou nada não. Continuo com a mesma vontade e continuo do mesmo jeito, assim diminui mais as vezes que a gente faz, né ... Mas no sexo num mudou nada não, né prazer né que tu diz. (Gardênia, 50)

“ Minha fia eu tou do mesmo jeito, isso aí de num ter mais vontade eu também já ouvi muita gente falar que fica fria né, [...] pra falar a verdade eu acho que tou é com mais vontade, viu [...] Minha sexualidade né, ta assim, tá é boa”.(Zínia, 47)

Apesar de haver uma disposição à diminuição da atividade sexual no período climatério, bem como nos anos que o seguem, o desejo sexual parece não ter alterações em algumas mulheres, ou seja, nem todas as mulheres que vivenciam o climatério têm como sintoma a alteração da libido, o interesse sexual e o prazer não se alteram, ainda que haja diminuição da frequência nos anos pós-climatério (FREITAS et al, 2006).

Sabe-se que algumas mulheres produzem o hormônio estrogênio através da glândula supra-renal a qual age pela chamada aromatização dos andrógenos, outra forma seria também pelos ovários no tecido

gorduroso e ainda por músculos e pelo o fígado, sendo assim tais mulheres não sofrem a diminuição da libido e também não apresentam a falta de lubrificação vaginal, assim sendo não apresentam nenhuma influência negativa no que tange a sua vida sexual (SILVA et al, 2012).

Tendo em vista que a temática da sexualidade no climatério envolve a educação em saúde, se faz necessário que os profissionais de enfermagem estejam preparados para atender a essa clientela, uma vez que esta é uma das intervenções necessárias para orientar às mulheres sobre essa nova etapa de suas vidas e ajuda-las no enfrentamento das dificuldades que podem surgir neste período, contribuindo sobremaneira para a promoção da saúde e o bem-estar feminino.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O climatério traz inúmeras transformações na vida das mulheres que estão nesse período, muitas vezes essas alterações atingem muitos aspectos, como a vida conjugal, relacionamento social, além da qualidade de vida.

O estudo apontou que as mulheres entrevistadas apresentaram sinais e sintomas muitas vezes iguais, mas também, foi percebido que cada uma pode apresentar particularidade diante das manifestações.

Algumas revelaram alterações na sexualidade referindo-se à perda da libido e à falta de desejo sexual. No entanto, outras não apresentaram queixas relacionadas.

Muitas mudanças podem ser evitadas ou amenizadas com as orientações necessárias, sabemos que na sexualidade, o desinteresse sexual relatado pelas mulheres pode interferir na vida conjugal delas. Informações referentes a essa temática dadas ao casal podem reduzir e até evitar o desentendimento que possivelmente possa ocorrer, pois a mulher terá o conhecimento sobre o que ocorre consigo mesma e por qual motivo e seu parceiro ficará informado sobre as transformações que sua companheira venha a apresentar.

Com uma maior atenção dada a esse período é possível ainda que os sintomas mais frequentes e característicos desta fase, como os fogachos, irritabilidade e insônia sejam minimizados por meio de orientações como o uso de roupas leves e frias, realização de atividades físicas e alimentação saudável. A mudança nos hábitos de vida deve ser estimulada para que a mulher melhore sua qualidade de vida.

Para que essas ações sejam eficazes é necessário que a mulher seja acompanhada por uma equipe multidisciplinar, pois o climatério aborda variadas mudanças que exige conhecimento e intervenções de diferentes profissionais, como enfermeiros,

nutricionistas, médicos, psicólogos entre outros.

Sabendo e entendendo a importância da prática dessas atividades, propomos que os profissionais sintam-se sensibilizados de alguma forma e consiga realizar tais funções que podem ser atribuídas no momento da consulta de Enfermagem em Saúde da Mulher por meio da educação em saúde, como atividades de prevenção e promoção a saúde, com essas ações as mulheres podem vivenciar o climatério sem apresentar tantos desconfortos previsíveis.

Esse estudo remete a importância de enfocar melhor essa temática, pois foi possível identificar que tais problemas podem ser amenizados, não afirmamos que somente essas ações são capazes de fazer com que as mulheres vivam o climatério positivamente, sem queixas, mas que sejam capazes de diminuir o lado negativo desse evento.

REFERÊNCIAS

ALVES, A. M. T. Climatério: Identificando as Demandas das Mulheres e a Atuação das Equipes de Saúde da Família Nesta fase da Vida [monografia]. Minas Gerais: Departamento de Enfermagem/UFMG, 2010.

ARDENE, F.O.; ARAÚJO, R. T. Influência da Menopausa no Padrão Sexual: Opinião de Mulheres. *Revista Saúde.com*. 3(2):48-60. 2007.

BARDIN, L. *Análise de conteúdo*. Edições 70, Lisboa, 1994.

BRASIL, Ministério da Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Manual de Atenção à Mulher no Climatério/Menopausa. Brasília (DF), 2008.

BRASIL, Ministério da Saúde. Diretrizes e normas regulamentadoras sobre pesquisa envolvendo seres humanos. Resolução 196. 1996. Brasília: CNS, 1996.

FREITAS, F. et al. *Rotinas em ginecologia*. 3ª ed. Porto Alegre: Artes Médicas; 2006.

LORENZI, D. R. S. et al. Assistência à mulher climatérica: novos paradigmas. *Rev Bras Enferm*. 62(2):287-93. 2009.

LORENZI, D. R. S. et al. Fatores indicadores da sintomatologia climatérica. *RBGO*. 27(1):7-11. 2005.

LORENZI, D. R. S.; SACIOTO, B. Frequência da Atividade Sexual em Mulheres Menopausadas. *Rev. Assoc. Med. Bras*. 52(4):256-60. 2006.

MINAYO, M. C. S. *O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde*. 8ª ed. São Paulo: Hucitec/Rio de Janeiro: Abrasco, 2004.

OLIVEIRA, D. M.; JESUS, M. C. P.; MERIGHI, M. A. B. Climatério e sexualidade: a compreensão dessa interface por mulheres assistidas em grupo. *Texto Contexto Enferm*. 17(3):519-26, 2008.

POLISSENI, A. F. et al. Depressão e ansiedade em mulheres climatéricas: fatores associados. *RBGO*. 31(1):28-34. 2009.

SILVA, A. R.; FERREIRA, T. F.; TANAKA, A. C. D. História ginecológica e sintomatologia climatérica de mulheres pertencentes a uma unidade de saúde pública do Estado do Acre. *Rev Bras Crescimento Desenvolvimento Hum*. 20(3):778-86. 2010.

SILVA, L. D. et al. O enfermeiro e a educação em saúde: um estudo bibliográfico. Rev enferm UFSM. 2(2):412-9. 2012.

VALADARES, A. L. et al. Depoimentos de mulheres sobre a menopausa e o tratamento de seus sintomas. Rev. Assoc. Med. Bras. 54(4):299-304. 2008.

VALENÇA, C. N.; NASCIMENTO FILHO, J. M.; GERMANO, R. M. Mulher no Climatério: Reflexões sobre Desejo Sexual, Beleza e Feminilidade; Revista Saúde e Sociedade. 19(2):273-85. 2010.

ZEMISHLANY, Z.; WEIZMAN, A. The impact of mental illness on sexual dysfunction. Adv Psychosom Med. 29:89-106. 2008.