

AVALIAÇÃO DOS SINTOMAS EM MULHERES MENOPÁUSICAS NA PRÉ INTERVENÇÃO DA HIDROTERAPIA

Aline Soares Marcolino Aquino¹, Brenda Brasileiro Guedes², Girleide Cristina da Silva Soares, Jethyanna Miguel Caldas Souza⁴, Eliane Araújo de Oliveira, Sandra Emilia Benício Barros⁶.

Introdução: O processo evolutivo denominado climatério representa a passagem do período reprodutivo para o não produtivo na vida da mulher. Considera-se menopausa quando existe cessação permanente da menstruação após um ano de amenorréia, seu início varia nas populações, entre 50 e 52 anos de idade nos países ocidentais. As transformações que ocorrem nessa fase são naturais, levando muitas mulheres a sentirem depressão, irritabilidade, insônia, angústia, ondas de calor e entre outros sintomas. **Objetivo:** Identificar os sintomas menopáusicos em mulheres na pré intervenção da hidroterapia. **Metodologia:** Trata-se de um estudo transversal com amostra de 26 mulheres menopáusicas com idade entre 45 e 74 anos, na pré intervenção da hidroterapia (alongamento, aquecimento, exercícios respiratórios, fortalecimento, exercícios de coordenação, equilíbrio e relaxamento), na Clínica Escola de Fisioterapia da Universidade Federal da Paraíba, realizada duas vezes por semana, com duração de 60 minutos. Utilizou-se como instrumentos de coleta de dados, além dos dados sociodemográficos, o Índice Menopausal de Blatt e Kupperman (IMBK), para classificação dos sintomas menopáusicos. Para a análise estatística foi utilizado o programa Statistical Package for Social Sciences (SPSS, versão 20.0 para Windows). Foi calculado, para cada variável, a média, a porcentagem, desvio padrão e a proporção dos indivíduos com a pontuação máxima e mínima para cada dimensão. Para as variáveis demográficas (idade, estado civil, nível de estudo, situação laboral), e variáveis clínicas (tempo e tipo de menopausa, número de gestações, partos, tipos de parto, reposição hormonal) foi realizada uma análise descritiva através de frequências e porcentagens. **Resultado:** Observou-se quanto aos sintomas menopáusicos, uma maior prevalência para ondas de calor (82,35%) e nervosismo (76,47%), seguido dos sintomas insônia (58,82%), fadiga (52,94%), cefaléia e palpitação (ambos com 47,05%). Quanto a sua intensidade, os sintomas foram classificados em leves (70,58%), moderados (23,52%) e intensos (5,90%). **Conclusão:** Espera-se que a hidroterapia possa trazer benefícios quanto à redução dos sintomas menopáusicos.

Palavras-chave: Exercícios aquáticos, menopausa, sintomas

¹Curso de Fisioterapia, Discente Bolsista, linesoares.fisio@gmail.com

²Curso de Fisioterapia, Discente Colaborador, brendaguedes17@gmail.com

³Curso de Fisioterapia, Discente Colaborador, girleide_cristina@hotmail.com

⁴Curso de Fisioterapia, Discente Colaborador, jethy.fisio@hotmail.com

⁵Curso de Fisioterapia, Professor Colaborador, sandrabenicio@gmail.com

⁶Curso de Fisioterapia, Professor Orientador, elianeao@uol.com.br