

CIRCULO DE MULHER E A LUA MINGUANTE DA MENOPAUSA

BARRETO¹, Juerila Moreira
SANTOS², Helder da Silva

¹ UFPB/CCS/Departamento de Fisioterapia. Coordenadora e Professora do Projeto,

juerila@gmail.com

² UFPB/CCS/Departamento de Fisioterapia. Discente colaborador, FLUEX

helder.fisio.2010@gmail.com

RESUMO:

A expectativa de vida tem aumentado consideravelmente, e um grande contingente é feminino; de mulheres que irão viver além dos 50 anos por muitos anos, nesse contexto encontram-se mulheres de grupos minoritários envolvendo etnias, religião e classe social. Esta oficina foi desenvolvida dentro do Projeto Dinâmicas do Climatério e Menopausa; desenvolvida no Departamento de Fisioterapia da Universidade Federal da Paraíba em parceria com Secretária Municipal Extraordinária de Políticas Públicas para as Mulheres; na cidade de João Pessoa-Paraíba; junto ao Projeto Mulheres de Ilerá – Mulheres de Terreiro Multiplicadoras de Cidadania. Encontramos como resultado das expectativas dessas mulheres a busca pelo conhecimento como fator importante nessa jornada. Quanto a Avaliação Final, destacamos que 77,8% das participantes tiveram as suas *expectativas atendidas*; e que 100% afirmaram que os temas abordados contribuíram para melhorar o seu autoconhecimento quanto as questões relacionadas a menopausa.

Palavras chaves: Fisioterapia, Menopausa; Mulheres de Ilerá.

INTRODUÇÃO

A menopausa é um evento dentro do grande ciclo da vida, evidenciada pela falência dos ovários na produção do hormônio estrogênio que mantém atividades metabólicas importantes como captação do cálcio (prevenção da osteoporose); perda da elasticidade da pele e flexibilidade corporal dentre outras. (MORI, COELHO, ESTRELLA, 2006). Na investigação realizada na 3ª Coordenadoria Regional de Saúde do Rio Grande do Sul, foi encontrado que não houve referência das usuárias climatéricas do Sistema Único de Saúde, à promoção e prevenção dos possíveis agravos a serem evitados em decorrência da instabilidade hormonal e que podem levar a lesões envolvendo vários sistemas que compõe o corpo da mulher. (SIQUEIRA, 2009) A Organização Mundial de Saúde ao ampliar a definição de saúde trouxe um olhar diferenciado sobre o conceito de saúde, enfatizando que o bem-estar da população resulta da influencia de condições de vida e trabalho chamados de Determinante Sociais da Saúde (DSS); estabelecendo conexões entre fatores de natureza social, econômica e política e sua incidência sobre a situação da saúde de pessoas e ou grupos populacionais. (BUSS, FILHO, 2007). Em 29 de março de 2010, a Câmara Municipal de João Pessoa cria a Secretária Municipal Extraordinária de Políticas Públicas para as Mulheres- SEPMM, através da Lei nº 11.902, que visa articular, promover e executar programas de cooperação com organismos estaduais, nacionais e internacionais, públicos e privados, voltados à implementação de políticas para as mulheres. (CAMARA MUNICIPAL DE JOÃO PESSOA, 2010). Cabendo uma reflexão de como essa política está sendo efetivamente junto às mulheres na meia idade. O objetivo do projeto foi desenvolver junto às mulheres da comunidade

em geral, um atendimento especializado educativo-terapêutico nas alterações do climatério e menopausa.

DESENVOLVIMENTO

O grupo foi composto por 18 mulheres na faixa etária dos 36 aos 59 anos, atendidas no Projeto Mulheres de Ilerá – Mulheres de Terreiro Multiplicadoras de Cidadania (PARAÍBA, 2013), desenvolvido pela Secretária Municipal Extraordinária de Políticas Públicas para as Mulheres-SEPM, na cidade de João Pessoa/PB; por meio da Coordenação de Saúde, Direitos Sexuais e Reprodutivos, que proporciona várias ações de formação e educação permanente em saúde com recorte em gênero, étnico/racial e classe (WERNECK, 2012). Foi fator de exclusão mulheres que tinha idade menor que 35 e maior que 60 anos. a) Foi solicitado que as mulheres respondessem a pergunta: “qual a sua expectativa com relação à oficina; b) levantamento dados social, demográfico e clínico através de um instrumento de auto-avaliação, respondidos pelas próprias participantes; c) Avaliação final de toda a atividade desenvolvida. Foi utilizada para a consolidação da análise das respostas a técnica do Discurso do Sujeito Coletivo – DSC. (LEFEVRE e LEFEVRE, 2000; 2006). Todas as atividades estiveram de acordo com as diretrizes da resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde do Ministério da Saúde (CNS, 1996).

Ao consolidarmos a pergunta **Qual a sua expectativa quanto a esse trabalho?** e buscarmos a ideias central que moviam as mulheres a participarem do evento destacamos o texto abaixo.

Minha expectativa é saber sobre o climatério e menopausa; tornar o conhecimento mais amplo, partilha-los e poder repassar o que aprendi para minhas usuárias e criar um grupo de mulheres, e por em práticas os conhecimentos e as vivencias aprendidas aqui no curso. Poder passar para minhas filhas, conhecimentos sobre a menopausa. Tô cansada de ouvir que todas as sensações ruins são coisas da menopausa! Vou aprender e “dissociar” que envelhecer é ruim... Obter experiências para futuras necessidades nesta fase da vida da mulher; encontrar os meios para diminuir as suas fraquezas da alma acumulada de desejos e anseios vivenciados no emocional da mulher, que terá que agora enfrentar as transformações sofridas pelo corpo. Sinto calor, dores de cabeça, nervosismo, muitas dores no corpo, e fico muito irritada em casa com meus familiares, gostaria de muita ajuda. Se existe remédio para se tomar, o que devemos usar para melhorar nossa lubrificação natural. No decorrer do curso também estarei construindo novos vínculos ampliando meu círculo de amizade e conhecendo mais sobre as ofertas do programa Saúde da Mulher na nossa rede de assistência. Refletir sobre o papel de mulher, mãe, profissional, companheira; nessa fase de vida, almejando um futuro melhor. Tenho sempre buscado o auto-

conhecimento como forma de viver melhor comigo e com os outros. Uma oportunidade para cuidar de mim mesma, mas juntas a vocês. Ter um tempo é espaço só para mim. Aprender me cuidando para poder cuidar a outros (as). (n= 18)

Verificamos que a ideia central é a busca pelo conhecimento, aprender e partilhar essas novas informações com o seu entorno mais próximo “familiares” e seus grupos de convivência social, “espaço profissional”, mudar crenças antigas, abrir novos caminhos e dar novo significado a sua própria existência.

Quanto a **Avaliação Final**, destacamos os seguintes percentuais relacionados as perguntas aqui destacadas: **As suas expectativas foram atendidas?** 77,8 % das participantes afirmaram que “sim”; e 22,2% “em parte”; a pergunta: **O trabalho desenvolvido permitiu o aprendizado do “tema” no grupo?** 83,3% responderam que “sim” e 16,7% “em parte”; no que diz respeito ao tempo: **A carga horária foi suficiente?** 61% responderam que “sim”; 16,7% responderam “não” e 22,2% “em parte”; quanto ao quesito: . **Os temas abordados contribuíram para melhorar o seu auto-conhecimento?** 100% das participantes afirmaram que “sim”. Quanto a pergunta: **O que você achou da organização do evento?** 94,4% acharam “ótima”, e 5,6% “Boa”;

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta oficina permitiu uma maior visibilidade das queixas de mulheres no transcurso da menopausa e de suas expectativas em relação ao evento proporcionado através das ações das políticas públicas de assistência à mulher na meia idade; é importante que novos eventos possam ser efetivamente aplicados na rede básica de saúde, de forma que elas sejam atendidas na sua integralidade biológica, psíquica e social. Agradecemos especialmente as mulheres que gentilmente participaram da **Oficina Dinâmicas do Climatério e Menopausa**, Projeto de Extensão do Departamento de Fisioterapia da UFPB; ao **Grupo Mulheres de Ilerrá**, preocupadas com a saúde de mulheres de terreiro de matriz africana empenharam-se na realização deste trabalho, a **Secretária Municipal Extraordinária de Políticas Públicas para as Mulheres-SEPM**, com sua equipe de mulheres que trabalham para o “Empoderamento” dessas mulheres.

REFERÊNCIAS:

BRASIL. Conselho Nacional de Saúde. **Resolução nº 196** – 10/10/1996.

BUSS, P. M.; FILHO, A. P. A saúde e seus determinantes sociais. **Physis. Revista de Saúde Coletiva**, v. 17, n. 1: 77-93, 2007.

LEFEVRE F.; LEFEVRE, A.M.C. A proposta do DSC. www.ipdsc.com.br (2006)

LEFÈVRE, F.; LEFÈVRE, A.M.C. Os novos instrumentos no contexto da pesquisa qualitativa. In: O discurso do sujeito coletivo: uma nova abordagem metodológica em pesquisa qualitativa. Caxias do Sul: EDUCS, 2000.

MORI, M. E.; COELHO, V. L. D.; ESTRELLA, R. C. N. Sistema único de saúde e políticas públicas: atendimento psicológico à mulher na menopausa no Distrito Federal, Brasil. **Caderno de Saúde Pública**, v. 22, n. 9: 1825-1833, 2006.

PARAÍBA (Estado) Câmara Municipal de João Pessoa/PB. Lei nº 11.902, de 29 de março de 2010.

PARAÍBA Prefeitura de João Pessoa Projeto Mulheres de Ilerá. Mulheres de Terreiro Multiplicadoras de Cidadania. <http://www.axeparaiba.com.br/2013/03/confira-as-fotos-do-lancamento-do-livro.html> Acesso em 10/11/2013.

SIQUEIRA, H. C. H. O olhar dos responsáveis pela política de saúde da mulher climatérica. **Revista de Enfermagem**, v.13, n. 2: 366-371, 2009.

WERNECK, J; IRACI, N; CRUZ, S. (Org.) **Mulheres negras na primeira pessoa**. Porto Alegre: Rede Editora, 2012.