O Climatério e sua Repercussão na Saúde Mental da Mulher

Autor(res)

Maria Clara Da Silva Goersch
Janaína Glauce Souza Bastos
Kelly Menezes De Souza Vargeides
Matheus Da Silva Gomes
Bruno Eduardo Amorim Barros
Emanuele Ferreira De Moraes
Gabriel Dias Teodoro

Categoria do Trabalho

1

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE BRASÍLIA

Introdução

O desenvolvimento humano é um processo complexo e contínuo que envolve mudanças físicas, cognitivas, emocionais e sociais ao longo da vida de uma pessoa. Mulheres entre os 40 e 55 anos de vida vivenciam a fase da meia idade, período delimitado por mudanças significativas, decorrente ao declínio natural da saúde e vigor físico.

Essa etapa é marcada pelo climatério onde ocorre a diminuição da capacidade reprodutiva, chegando à interrupção dos folículos ovarianos. É no climatério que os hormônios cruciais para o funcionamento do corpo feminino, como o estrogênio e a progesterona, começam a diminuir significativamente.

Apesar da menopausa não ser uma doença e sim um processo natural no desenvolvimento da mulher é considerada por muitos como adoecimento devido aos sintomas físicos e neuropsicológicos desagradáveis que surgem. Durante o climatério, muitas mulheres enfrentam desafios emocionais, como sentimentos de tristeza, ansiedade, irritabilidade e instabilidade emocional.

Objetivo

Expor as implicações psicológicas durante o climatério e qual a sua repercussão na saúde mental da mulher.

Material e Métodos

Trata-se de uma revisão bibliográfica feita através de pesquisa nos principais bancos de dados para trabalhos acadêmicos. Os estudos que compõem toda a estrutura deste artigo foram pesquisados nas bases de dados; Scientific Eletronic Libray Online (Scielo), Google acadêmico, Periódicos Eletrônicos em Psicologia(PePSIC), Biblioteca Virtual de Saúde (BVS) e Literatura sobre desenvolvimento humano. Os critérios para a inclusão de tais estudos se deu pela aproximação ao tema abordado, bem como pela relevância dos achados para a elaboração desta pesquisa. Para a busca dos artigos nas bases de dados, fez-se uso das seguintes palavras chaves: Climatério, Desenvolvimento Humano, Saúde mental. As pesquisas ocorreram no mês de Março de 2024.

Anais da 3ª MOSTRA CIENTÍFICA DAS FACULDADES ANHANGUERA – BRASILIA – DF, 3ª edição, Brasília- DF, 2024. Anais [...]. Londrina, Editora Científica, 2024. ISBN 978-65-01-33529-2

Resultados e Discussão

Esta fase singular, exige atenção e acompanhamento à saúde física e mental. Neste período as alterações de humor, irritabilidade, ansiedade e problemas relacionados ao sono podem surgir naturalmente devido às alterações físicas e hormonais características e pode impactar a qualidade de vida de forma significativa. Os achados indicam que as mulheres no climatério estão mais vulneráveis a transtornos psíquicos.

Sintomas neuropsiquiátricos são indicadores que apresentam associação com este período. Sendo estes: ansiedade, depressão, insônia, estresse e sintomas da menopausa.

Dessa forma, o fortalecimento do vínculo com os profissionais de saúde é fundamental, pois potencializa os processos que envolvem o autoconhecimento, autoestima e até mesmo, a autonomia. Tendo a família como suporte para vivenciar o climatério de maneira menos penosa.

Há uma vasta necessidade a prestação de serviços na linha de frente com essas mulheres, principalmente na área de atenção primária em saúde.

Conclusão

O período do climatério traz mudanças significativas na vida das mulheres junto a sintomas físicos e psicológicos que requerem atenção e cuidado, mas carece de ações efetivas, como psicoeducação e acesso ao serviço de saúde de qualidade.

Diversos fatores levam as mulheres no climatério ao adoecimento mental e físico, como fatores hormonais, mudanças corporais, biopsicossociais.

Os profissionais de saúde devem desenvolver ações que visem à promoção da saúde e o fortalecimento de vínculos para aumentar o foco no cuidado dessas mulheres, para que dessa forma promova a qualidade de vida.

Referências

BotelhoT. A.; SantosG. P. de O.; SantosT. P. P.; OliveiraR. F.; MonteiroB. I. A. S.; BastosL. P. Saúde da mulher no climatério, aspectos biológicos e psicológicos: uma revisão integrativa. Revista Eletrônica Acervo Saúde, v. 15, n. 4, p. e10088, 21 abr. 2022.

Brasil.Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Manual de Atenção à Mulher no Climatério/Menopausa. Brasília:Ministério da Saúde, 2008.

MARTINS, Kamila. M. de S.; NUNES , Lócio. L.; MOTA, Maressa. M. M. .; et al . O Climatério e Suas Implicações Psicológicas na Saúde da Mulher - Uma Revisão Bibliográfica. RECIMA21 - Revista Científica Multidisciplinar, 2021.

PAPALIA, Diane E. DUSKIN, Ruth Feldman. Desenvolvimento humano. Porto Alegre: AMGH, 2013.

WIGG, Cristina M. D.; SILVA, Ana Cristina da. Aprendendo a lidar com a Depressão e Outros Sintomas Neuropsíquicos no Climatério. Rio de Janeiro: Fundação Oswaldo Cruz, 2020.

Anais da 3ª MOSTRA CIENTÍFICA DAS FACULDADES ANHANGUERA – BRASILIA – DF, 3ª edição, Brasília- DF, 2024. Anais [...]. Londrina, Editora Científica, 2024. ISBN 978-65-01-33529-2