

ISSN 2175-5361

Soares GS, Cortez EA, Simões SMF.

Alterações físico-psicológicas...



RESUMO DOS 120 ANOS DA EEAP

ALTERAÇÕES FÍSICO-PSICOLÓGICAS DO CLIMATÉRIO NO AMBIENTE DE TRABALHO  
E SUAS INTERFERÊNCIAS NA QUALIDADE DE VIDA DA MULHER: ATUAÇÕES PARA  
O ENFERMEIRO DO TRABALHO

Glaucimara Souza Soares<sup>1</sup>, Elaine Antunes Cortez<sup>2</sup>, Sônia Mara Faria Simões<sup>3</sup>**RESUMO**

**Objetivos:** Levantar em literatura as alterações físico-psicológicas envolvidas no período do climatério; Identificar se existe na literatura científica relato sobre as interferências do climatério no ambiente de trabalho e; Propor medidas que minimizem os efeitos negativos do climatério nas relações humanas no ambiente de trabalho. **Método:** Realizou-se uma revisão sistemática de literatura nos bancos de dados da Bireme, de caráter descritivo e exploratório, com abordagem qualitativa. **Resultados:** a primeira categoria identificou que fisicamente, as mulheres apresentam riscos de osteoporose, alterações nas taxas hormonais relacionadas ao estrogênio, ondas de calor ou fogachos e efeitos negativos na lubrificação da vagina, o que leva ao desvirtuamento do seu desempenho sexual. Quanto às alterações psicológicas, merecem destaque: a insônia, a irritabilidade, a fadiga, os lapsos de memória, a baixa-estima quanto à sexualidade e o sentimento de estar doente; principalmente ao associar o climatério ao início de seu processo de envelhecimento. **Conclusão:** Mulheres no climatério são fortemente abaladas por alterações físicas e psicológicas. **Descritores:** Climatério, Trabalho, Qualidade de vida.

<sup>1</sup> Mestranda do Mestrado Acadêmico em Ciências do Cuidado em Saúde da Universidade Federal Fluminense. Bolsista CAPES. Pós Graduada pelo Centro Universitário Plínio Leite em Enfermagem do Trabalho. Bacharel em Enfermagem pela Universidade Estácio de Sá. E-mail: [glau\\_riguete@hotmail.com](mailto:glau_riguete@hotmail.com). <sup>2</sup>Doutora em Enfermagem/UFRJ. Professora Adjunta da EEAC/UFF. E-mail: [nanecortez@gmail.com](mailto:nanecortez@gmail.com). <sup>3</sup> Instituição: UFF. E-mail: [soniamarasimoes@oi.com.br](mailto:soniamarasimoes@oi.com.br).

## INTRODUÇÃO

Falar sobre qualidade de vida no ambiente de trabalho implica ao enfermeiro do trabalho buscar o histórico do trabalhador em sua totalidade, ou seja, saber os momentos e/ou as mudanças que possam estar acontecendo em sua vida, notadamente no momento daquela tão conhecida “entrevista” de enfermagem, que ocorre durante uma consulta de enfermagem completa. Para Fernandes, Luft & Guimarães (1991, p. 245), entrevista é a: “conferência de duas ou mais pessoas em local de antemão determinado; encontro combinado.” É através desta, que o enfermeiro consegue captar a percepção do seu cliente e coletar dados que venham a assumir um papel importante no diagnóstico de doenças. Durante a entrevista, faz-se necessário deixar o cliente à vontade para mencionar o que quiser a respeito de sua vida. E, é nesta escuta ativa, que o enfermeiro capta aquilo o que lhe é necessário para fechar o diagnóstico, realizar prescrições de enfermagem, bem como realizar atividades educativas. Baseado no diagnóstico encontrado, é que este profissional busca a meta da promoção da saúde, no sentido de motivar as pessoas, a fim de contribuir para a melhora do estilo de vida, modificar comportamentos de risco e adotar medidas de vida saudáveis. Ratificando as palavras anteriormente citadas, Michel (2004) diz que fazer um diagnóstico de enfermagem durante a entrevista, requer análise, síntese e acurácia ao interpretar e fazer com que dados clínicos complexos tenham sentido. O Conselho Federal de Enfermagem - COFEN respalda a consulta de enfermagem, Teixeira e Leifert (1993) asseguram que em todos os níveis de assistência à saúde, em

instituição pública ou privada, a consulta de enfermagem deve ser obrigatoriamente desenvolvida na assistência de enfermagem. Ante a importância desta entrevista ou consulta, Mota (2001) afirma que o enfermeiro do trabalho ou enfermeiro ocupacional assiste os trabalhadores no âmbito da promoção e do zelo pela sua saúde, fazendo prevenção das doenças ocupacionais e dos acidentes de trabalho e/ou prestando cuidados, visando à manutenção do bem-estar físico e mental de seus clientes. Ou seja, ele planeja, avalia, controla e coordena toda a assistência de enfermagem. O objeto da pesquisa é a contribuição do enfermeiro do trabalho na melhora da qualidade de vida da mulher no período do climatério, tendo como base as alterações físico-psicológicas do climatério e as interferências no ambiente de trabalho. A justificativa reside na preocupação quanto aos distúrbios referentes à saúde da mulher, tendo como foco o climatério, uma fase que faz parte de sua vida, onde muitas vezes a mulher é considerada infértil perante o seu marido, a família e a sociedade. O problema de pesquisa é: como o enfermeiro do trabalho pode contribuir para melhorar a qualidade de vida das mulheres que estão no período do climatério, tendo como base, as alterações físico-psicológicas que ocorrem nestas mulheres e, quais as interferências destas alterações no ambiente de trabalho? Objetivos: levantar em literatura as alterações físico-psicológicas envolvidas no período do climatério; identificar se existe na literatura científica relato sobre as interferências do climatério no ambiente de trabalho; e propor medidas que minimizem os efeitos negativos do climatério nas relações humanas no ambiente de trabalho.

## METODOLOGIA

Realizou-se uma revisão sistemática de literatura nos bancos de dados da Bireme, de caráter descritivo e exploratório, com abordagem qualitativa. Cervo e Bervian (2005, p.65), interpretam que: *“a pesquisa descritiva observa, registra, analisa e correlaciona fatos ou fenômenos (variáveis) sem manipulá-los”*. Esta pesquisa utilizou como bibliografia potencial quatorze artigos: doze em português e dois em espanhol. Mediante análise dos dados surgiram duas categorias: alterações físico-psicológicas - fatores associados ao climatério e; o trabalho e suas interferências na qualidade de vida.

## RESULTADOS

A primeira categoria identificou que fisicamente, as mulheres apresentam riscos de osteoporose, alterações nas taxas hormonais relacionadas ao estrogênio, ondas de calor ou fogachos e efeitos negativos na lubrificação da vagina, o que leva ao desvirtuamento do seu desempenho sexual. Quanto às alterações psicológicas, merecem destaque: a insônia, a irritabilidade, a fadiga, os lapsos de memória, a baixa-estima quanto à sexualidade e o sentimento de estar doente; principalmente ao associar o climatério ao início de seu processo de envelhecimento. Merece destaque, como afirma Santos-Sá *et al* (2005), que as famosas ondas de calor que acometem a mulher no climatério são fatores presentes, na maioria delas, e desenvolvem o sentimento de fadiga, irritabilidade, desconforto físico agudo e efeitos negativos no trabalho. Fatores como estes, interferem negativamente no equilíbrio físico-

psicológico feminino, e permitem que os Enfermeiros do Trabalho planejem reuniões de educação em saúde para mulheres no climatério dentro seus locais de trabalho. Na segunda categoria evidenciou-se que apesar dos pesquisadores não direcionarem seus estudos diretamente para mulheres no climatério voltadas para o ambiente de trabalho, pode-se perceber que quando o trabalho se refere à busca pela qualidade de vida, pode ser promissor ou não, palco de apego ou de desilusões. Entende-se, desta forma, que mulheres no climatério podem desencadear diversos problemas de fundo emocional em seu ambiente de trabalho piorando sua qualidade de vida, já que passam por uma fase de difícil adaptação físico-psicológica. Vasconcelos (2001) relata que para construir qualidade de vida no trabalho é preciso olhar as empresas e as pessoas como um todo, o que recebe o nome de enfoque biopsicossocial. Esse posicionamento biopsicossocial está voltado para a preservação e desenvolvimento das pessoas, durante o trabalho na empresa.

## CONCLUSÃO

Mulheres no climatério são fortemente abaladas por alterações físicas e psicológicas. Mereceu destaque as questões sobre o sexo e o envelhecer. Desta forma, ressalta-se que o enfermeiro do trabalho pode atuar positivamente na qualidade de vida destas mulheres por terem a função de orientar e educar estas, que se vêem tão perdidas neste “novo mundo do climatério”.

## REFERÊNCIAS

Cervo AL, Bervian PA. Metodologia Científica. 5ª ed. São Paulo: Pearson Prentice Hall; 2005.

Soares GS, Cortez EA, Simões SMF.

Fernandes F, Luft CP, Guimarães FM. Dicionário Brasileiro Globo. 21ª ed, São Paulo: Globo, 1991.

MICHEL, J. L. M. Diagnósticos de Enfermagem da Nanda: Definições E Classificação - 2001-2002 / Organizado por North American Nursing Association. Porto Alegre: Artmed; 2004.

Mota G M. Enfermagem Do Trabalho. São Paulo: EPU; 2001.

Santos-Sá D *et al.* Etiologia, fatores associados e tratamento das ondas de calor. *Femina*. 33(1):25-30, Jan. 2005. Disponível em <<http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/>>. Acesso em 16 jul. 2009.

Teixeira GL, Leifert RMC. Resolução Cofen 159/1993. Disponível em:<<http://www.portalcofen.gov.br/2007/materias.asp?articleid=7028&sectionid=34>>. Acesso em: 19 jul. 2009.

Vasconcelos AF. Qualidade de Vida no Trabalho: Origem, Evolução e Perspectivas. *Caderno de Pesquisas em Administração*. São Paulo, v. 8, n. 1, Jan.- Mar. 2001. Disponível em: <<http://www.ead.fea.usp.br/cad-pesq/arquivos/v08-1art03.pdf>>. Acesso em 22 jul. 2009.

Recebido em: 25/08/2010

Aprovado em: 28/11/2010