

PREVALÊNCIA DE DISTÚRBIOS RELACIONADOS Á SAÚDE DA MULHER EM UM MUNICÍPIO DA REGIÃO OESTE DE MINAS GERAIS.

RIBEIRO, Leonardo de Assis¹; CAVALCANTI, Gabriele Alcântara Amaral²; VIEIRA, Luis Gustavo Alves³; TEIXEIRA, Vanessa Pereira⁴ (orientadora)

A saúde da mulher é uma área muito importante, fatores como fadiga muscular e mental influenciam na qualidade de vida. Realizado com 91 mulheres em uma cidade do centro oeste de Minas Gerais, este estudo adotou um delineamento descritivo transversal. Foram aplicados questionários sobre a composição da amostra, nível de atividade física (utilizando o IPAQ - versão curta), fadiga muscular e mental (utilizando a Escala de Fadiga de Chalder) e qualidade de vida (utilizando o questionário SF-36). Os resultados mostraram que mulheres entre 40 e 50 anos, brancas, casadas e com ensino médio completo estão em maior número. Mulheres em idade fértil e no climatério/menopausa mostraram melhor capacidade funcional, enquanto as na pós-menopausa apresentaram maior bem-estar mental. No entanto, aspectos físicos foram a área de menor saúde nas mulheres no climatério/menopausa e na pós-menopausa, enquanto as de idade fértil obtiveram menor pontuação em aspectos emocionais. Mesmo com limitações na amostra, os dados parciais indicam que, embora 50,55% fossem ativas, 65,93% das mulheres sentem fadiga. Isso enfatiza a importância de promover programas regulares de atividade física para melhorar a qualidade de vida em todas as fases da vida da mulher.

INTRODUÇÃO

A saúde da mulher é um tema de grande importância, e entender como esses fatores se relacionam pode contribuir para a promoção de uma vida saudável. Um assunto relevante dentro da saúde da mulher é referente a aspectos dos períodos reprodutivos ou não. Um marco importante da fase não reprodutiva e que tem se tornado alvo de estudos e programas de incentivo a saúde é a menopausa. De acordo com a OMS (Organização Mundial da Saúde), a menopausa é a última menstruação, que ocorre em média aos 50 anos de idade, sendo reconhecida após um período de 12 meses de amenorréia. Os ovários deixam de funcionar e a produção de esteróides e peptídeo hormonal diminuem e conseqüentemente se produzem no organismo diversas mudanças fisiológicas,

algumas resultantes da função ovariana e de fenômenos menopáusicos a ela relacionados e outros devido ao processo de envelhecimento. Quando se aproxima da menopausa, muitas mulheres experimentam certos sintomas, em geral passageiros e inócuos, porém não menos desagradáveis e às vezes incapacitantes (WHO, 1996). Já o climatério é o período de transição da fase reprodutiva para a não reprodutiva, iniciando-se por volta dos 40 anos e terminando na sexta década, para a maioria das mulheres (FERNANDES et al., 2008).

Muitas alterações ocorrem no corpo da mulher no período da menopausa. O humor é um dos elementos principais que sofrem alterações (VERAS et al., 2015). Dentre as alterações comuns, podemos destacar a insônia, irritabilidade, ausência de desejo sexual e fadiga (HAY, BANCROFT & JOHNSTONE, 1994; ROBAINA, 2015).

A fadiga muscular e mental são problemas comuns enfrentados pelas mulheres, podendo afetar negativamente sua qualidade de vida. Além disso, o nível socioeconômico e a atividade física também desempenham um papel importante na saúde e bem-estar das mulheres (THORPE et al, 2017).

A relevância deste estudo reside na possibilidade de identificar fatores de risco e promover ações que visem melhorar a qualidade de vida das mulheres, além de contribuir para a literatura científica sobre o tema. Ao compreender as relações entre esses fatores, será possível direcionar políticas públicas e programas de saúde voltados para a promoção do bem-estar feminino.

Diante disso, este estudo tem como objetivo analisar o nível socioeconômico, a atividade física e a qualidade de vida em mulheres, e a presença de distúrbios como fadiga muscular e mental. Compreender essas associações pode fornecer informações valiosas para o desenvolvimento de estratégias preventivas e intervenções adequadas.

PALAVRAS-CHAVE

Fadiga, qualidade de vida, saúde da mulher

MÉTODOS

Este estudo foi realizado utilizando um delineamento experimental de estudo descritivo transversal. A população estudada foi composta por 91 mulheres residentes em Divinópolis-Minas Gerais.

A amostra foi selecionada por conveniência, sendo incluídas mulheres com idade entre 18 e 70 anos. Foram aplicados questionários estruturados para coletar informações sobre a composição da amostra, o nível de atividade física (utilizando o IPAQ - versão curta), fadiga muscular e mental (utilizando a Escala de Fadiga de Chalder) e a qualidade de vida (utilizando o questionário SF-36).

Os questionários foram aplicados por pesquisadores treinados, em ambiente tranquilo e privado, garantindo a confidencialidade das respostas. Foram realizadas duas repetições para cada questionário, a fim de garantir a consistência dos dados.

Os dados coletados foram organizados em planilhas do programa Excel. Para a caracterização da amostra, foram utilizadas estatísticas descritivas através de porcentagem.

RESULTADOS

Após a análise dos dados, foi observado que predominaram as mulheres com faixa etária entre 40 e 50 anos (37,36%), brancas (49,45%), casadas (50,55%) e com ensino médio completo (50,55%). 31 (34,06%) estão em período de idade fértil, 34 (37,36%) no climatério e/ou menopausa e 26 (28,57%) na pós-menopausa. Observou-se que 60 mulheres (65,93%) apresentaram fadiga, 46 mulheres (50,55%) eram ativas e 20 (21,98%) muito ativas

CONCLUSÃO

Mulheres em idade fértil e mulheres em fase de climatério e/ou menopausa apresentam níveis de saúde no domínio de capacidade funcional. Em contrapartida, as mulheres na pós-menopausa apresentaram melhor pontuação no domínio saúde mental. Por outro lado, os aspectos físicos demonstraram ser a área de pior domínio entre as mulheres no climatério e/ou menopausa e na pós-menopausa, enquanto as mulheres em idade fértil obtiveram um score menor em aspectos emocionais. Portanto, apesar das limitações da amostra deste estudo, estes dados parciais indicam que embora 50,55% das participantes fossem ativas, 65,93% das mulheres ainda sentiam fadiga em geral. Isto mostra a importância de encorajar a participação regular e preventiva em programas de atividade física para melhorar a qualidade de vida das mulheres em todas as fases da vida.

REFERÊNCIAS

FERNANDES, RCL., et. al - Depressive symptoms in climacteric women evaluated by the Center for Epidemiological Studies Depression Scale - Rev Psiquiatr RS. 2008; 30(3): 192-200.

HAY AG, BANCROFT J, JOHNSTONE EC. Affective symptoms in women attending a menopause clinic. Br J Psychiatry., 1994; 64(4):513-6.

OMS-ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. DIVISION OF NONCOMMUNICABLE DISEASES. PROGRAMME OF NUTRITION FAMILY AND REPRODUCTIVE HEALTH. Obesity: preventing and managing the global epidemic: report of a WHO consultation on obesity. Geneva; 1998. (WHO/NUT/NCD/98.1).

THORPE, R.T; ATKINSON, G; DRUST, B; GREGSON, W. Monitoring Fatigue Status in Elite Team-Sport Athletes: Implications for Practice. International Journal of Sports Physiology and Performance, 2017, 12, S2-27 -S2-35.

VERAS, AB et. al - Impacto dos transtornos depressivos e ansiosos sobre as manifestações da menopausa – Revista Psiquiatr RS. 2015; 29(3): 315-320.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). Research on the menopause in the 1990s. Geneva: WHO; 1996. WHO Technical Report Series 866.