Trabalho apresentado no 26º CBCENF

Título: Abordagem da enfermagem à mulher no climatério e menopausa: Relato de Experiência

Relatoria: Jéssika Laís da Costa Macedo

Autores: Thays de Souza Almeida
Lillian Elizama de Abreu Oliveira

Modalidade: Comunicação coordenada

Área: Eixo 1: Assistência, gestão, ensino e pesquisa em Enfermagem

Tipo: Relato de experiência

Resumo:

INTRODUÇÃO: O climatério é o período em torno da pré menopausa, menopausa e pós menopausa. A menopausa é considerada o último ciclo biológico da mulher, ocorre de forma natural entre as idades de 45 e 55 anos. O profissional enfermeiro a partir da anamnese durante a consulta de enfermagem poderá orientar os cuidados para uma melhor qualidade de vida. OBJETIVO: Relatar a experiência vivenciada no projeto de extensão sinta se mulher ressaltando importância da abordagem da enfermagem no contexto do climatério e menopausa. METODOLOGIA: Trata-se de uma abordagem descritiva do tipo relato de experiência vivenciada no projeto de extensão e pesquisa “sinta-se mulher”, durante a graduação de enfermagem na Universidade Potiguar, na qual foram desenvolvidas estratégias para melhora da qualidade de vida de mulheres no climatério e menopausa, através de cuidados de enfermagem e o uso de fitoterápicos. RESULTADOS E DISCUSSÃO: No projeto “sinta-se mulher” as pacientes passavam por consultas de enfermagem, onde era realizado todas as etapas do processo de enfermagem (investigação, diagnóstico de enfermagem, planejamento, implementação da assistência e avaliação), após isso as pacientes eram promovidas às práticas integrativas complementares com ênfase na musicoterapia, auriculoterapia, aromoterapia, fitoterapia. Além disso, elas eram informadas sobre as diferenciações de climatério e menopausa, pois muitas não tinham o conhecimento sobre a temática. Junto com os cuidados de enfermagem as mulheres eram submetidas a terapia natural com ênfase na amora miura, promovendo benefícios para o alívio dos sintomas vasomotores, com ênfase aos fogachos, alterações de humor, assim como, a ansiedade. Foi possível observar que as pacientes tiveram melhora significativa na qualidade de vida após os acompanhamentos mensais das consultas enfermagem, por meio de orientações sobre as mudanças comportamentais como incentivar o autocuidado, realizar atividade física, obter uma alimentação saudável e o uso de fitoterapia para alívio dos sintomas. E para o meio preventivo e de rastreamento, durante as consultas, era realizado a citologia oncótica e o exame clínico das mamas. CONSIDERAÇÕES FINAIS: Conclui-se portanto, que o projeto “sinta-se mulher” foi de extrema importância para as pacientes, pois elas receberam um tratamento humanizado, com o foco na melhora da qualidade de vida. Evidencia-se a necessidade dos cuidados de enfermagem nessa etapa do ciclo da vida.