



## **RELAÇÃO DO MODO DE VIDA COM OS SINTOMAS NO CLIMATÉRIO**

**Sâmara Camila Pinto de Almeida<sup>1</sup>, Maria do Carmo Andrade Duarte de Farias<sup>2</sup>**

### **RESUMO**

O climatério é o período no qual a mulher passa por mudanças fisiológicas, sociais e psicológicas, que afetam diretamente a qualidade de vida, e que ocorre entre os 35 e 65 anos. Com o envelhecimento crescente da população brasileira, torna-se relevante o estudo sobre a importância de uma maior atenção à saúde da mulher no climatério. O objetivo é identificar a influência do modo de vida na intensidade da sintomatologia climatérica, em mulheres no município de Cajazeiras, PB. Foi realizada uma pesquisa transversal nas Unidades de Saúde da Família da zona urbana, no município de Cajazeiras, com 396 mulheres na faixa etária entre 40 a 60 anos. A variável dependente foi o Índice Menopausal de Kupperman-Blatt (IMKB). As variáveis foram correlacionadas com o teste do qui-quadrado e o Exato de Fisher ( $p < 0.05$ ), para rejeição da hipótese de nulidade. Houve significância estatística entre o IMKB acentuado e o número de refeições/dia em até 3 ( $P = 0.035$ ), demonstrando que o aumento dos sintomas climatéricos estão mais presentes nas mulheres que fazem menos refeições. Este estudo mostra que a qualidade de vida e os sintomas climatéricos são afetados também por fatores socioeconômicos e de estilo de vida, principalmente. Conclui-se que há a necessidade de ações que promovam a educação e o conhecimento das mulheres sobre o próprio corpo, a fim de minimizarem os sintomas e o surgimento de doenças comuns nessa fase.

**Palavras-chave:** Qualidade de vida, Climatério, Saúde da mulher.

## **RELATION OF WAY OF LIFE WITH THE SYMPTOMS IN CLIMACTERIC**

### **ABSTRACT**

Climacteric is the period in which the woman goes through physiological, social and psychological changes, which directly affect the quality of life, and occurs between 35 and 65 years. With the increasing aging of the population, it becomes relevant the study on the importance of greater attention to women's health during climacteric. The aim of this work was to identify the influence of lifestyle on the intensity of climacteric symptoms in women in the city of Cajazeiras, PB. A transversal research in the health units of the Family of urban areas was performed in the city of Cajazeiras, with 396 women aged between 40-60 years. The dependent variable was the Kupperman Menopausal Index-Blatt (IMKB). The variables were correlated with the chi-square test and Fisher's exact ( $p < 0.05$ ), to reject the null hypothesis. There was statistical significance between the high IMKB and the number of meals / day to 3 ( $P = 0.035$ ), showing that the increase in menopausal symptoms are more present in women who have fewer meals. This study shows that the quality of life and menopausal symptoms are also affected by socioeconomic factors and lifestyle, mainly. We conclude that there is the need for action to promote education and women's knowledge about their own bodies in order to minimize the symptoms and the emergence of common diseases that stage.

**Keywords:** Quality of life, Climacteric, Women's health.

---

<sup>1</sup> Aluna do Curso de Medicina, Unidade Acadêmica de Ciências da Vida, UFCEG, Cajazeiras, PB, e-mail: samaracpalmeida@gmail.com

<sup>2</sup> Enfermagem, Professora Doutora, Unidade Acadêmica de Ciências da Vida, UFCEG, Cajazeiras, PB, e-mail: carmofarias@hotmail.com