

**CLIMATÉRIO E SEXUALIDADE: A COMPREENSÃO DESSA INTERFACE  
POR MULHERES ASSISTIDAS EM GRUPO**  
CLIMATERIC AND SEXUALITY: THE COMPREHENSION OF THIS INTERFACE BY WOMEN  
ATTENDED IN GROUP  
CLIMATERIO Y SEXUALIDAD: LA COMPRENSIÓN DE ESA INTERFACE POR MUJERES  
ASISTIDAS EN GRUPO

*Deíse Moura de Oliveira<sup>1</sup>, Maria Cristina Pinto de Jesus<sup>2</sup>, Miriam Aparecida Barbosa Merighi<sup>3</sup>*

<sup>1</sup> Especialista em saúde da família. Enfermeira residente do Núcleo de Assessoria, Treinamento e Estudos em Saúde (NATES) - Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF). Minas Gerais, Brasil.

<sup>2</sup> Doutora em Enfermagem. Professor Associado do Departamento de Enfermagem Básica da Faculdade de Enfermagem da UFJF. Minas Gerais, Brasil.

<sup>3</sup> Livre-Docência em Enfermagem. Professor Titular do Departamento de Enfermagem Materno-Infantil e Psiquiátrica da Universidade de São Paulo. São Paulo, Brasil.

**PALAVRAS-CHAVE:** Climatério. Sexualidade. Saúde da mulher.

**RESUMO:** Este estudo, de cunho qualitativo, objetivou compreender o significado atribuído pela mulher às experiências vivenciadas quanto à sexualidade no climatério. Participaram oito mulheres que freqüentaram o grupo de climatério em uma Unidade de Saúde da Família de Juiz de Fora - MG. Os dados foram coletados por meio de entrevista semi-estruturada e organizados a partir da convergência das falas sobre as mudanças na sexualidade. Os resultados mostraram que a mulher evidencia alterações no âmbito sexual, caracterizadas por ressecamento vaginal e diminuição ou ausência da libido sexual. Outros fatores interferem diretamente em sua sexualidade: baixa auto-estima, falta de diálogo e incompreensão do parceiro. O grupo de climatério foi para elas um espaço que possibilitou trocas de experiências, permitindo maior compreensão desse momento. O estudo permite compreender a vivência da sexualidade da mulher no climatério assistida em grupo, entendendo estarem na esfera biopsicossocial as interfaces que a compõem.

**KEYWORDS:** Climateric. Sexuality. Woman's health.

**ABSTRACT:** This qualitative study aimed to better understand the meaning attributed by women to sexuality lived experiences in the climacteric period. Eight women had participated they frequented climacteric groups in a Family Health Unit in Juiz de Fora - MG, Brazil. The data was collected through semi-structured interviews and organized based on the convergence of speech concerning changes in sexuality. Results showed that women evidence alterations in the sexual scope, characterized by vaginal dryness and reduction or absence of one's sexual libido. Other factors intervene directly in her sexuality: low self-esteem, lack of dialogue, and lack of understanding by the partner. The climacteric group was a space for them that made it possible to exchange experiences, allowing greater understanding of this period. The study allows for reflection concerning women's sexual experiences in climacteric accompanied in group, understanding that the interfaces which compose are found in the bio-psycho-social sphere.

**PALABRAS CLAVE:** Climatério. Sexualidad. Salud de la mujer.

**RESUMEN:** El objetivo de este estudio, de carácter cualitativo, fue comprender el significado atribuido por la mujer a las experiencias vividas en relación a la sexualidad en el climatério. Participaron ocho mujeres que frecuentaron grupos de climatério en una Unidad de Salud de la Familia, en Juiz de Fora - MG. Los datos fueron recolectados por medio de entrevistas parcialmente elaboradas, y organizados a partir de la convergencia de los discursos sobre los cambios en la sexualidad. Los resultados mostraron que la mujer evidencia alteraciones en la vida sexual, caracterizadas por la sequedad vaginal y la disminución o ausencia de la libido sexual. Otros factores que interfieren directamente en su sexualidad son: baja autoestima, falta de diálogo e incompreensión del compañero afectivo. El grupo de climatério fue para ellas un espacio que les permitió el intercambio de experiencias, permitiéndoles una mayor comprensión de ese momento. El estudio aporta reflexiones acerca de la vivencia de la sexualidad de la mujer en el climatério, entendiendo que las interfaces que la componen están en la esfera biopsicosocial.

Deíse Moura de Oliveira  
Endereço: R Nestor Vasconcelos, 55  
36046-630 - Quintas da Avenida, Juiz de Fora, MG, Brasil  
E-mail: deisemoura@hotmail.com

Artigo original: Pesquisa  
Recebido em: 15 de janeiro de 2008  
Aprovação final: 25 de julho de 2008

## INTRODUÇÃO

O processo existencial humano é marcado por diversas fases, denominadas ciclos vitais. Nestes, ocorrem intensas transformações na maneira de o homem ser e estar no mundo, configurando novas formas de se olhar e de se compreender frente ao fenômeno da existência.

Dentre as fases do ciclo vital feminino, encontra-se o climatério, caracterizado como a passagem da fase reprodutiva para a não reprodutiva, ajustando a mulher a meios hormonal e emocional diferentes.<sup>1</sup> A menopausa, nomenclatura mais difundida, consiste na interrupção permanente da menstruação, após decorrer 12 meses de amenorréia. Ocorre em função da perda da atividade folicular ovariana, sendo um momento pontual do climatério.<sup>2</sup>

Nossa experiência no trabalho com mulheres climatéricas aponta dificuldades destas quanto à vivência da sexualidade. Essas dificuldades são mostradas na forma de expressarem-se quanto à corporeidade, relacionamentos afetivos e alterações fisiológicas decorrentes do hipuestrogenismo.

Estudos epidemiológicos evidenciam que as mulheres que têm acesso às informações acerca do climatério vivenciam melhor essa fase.<sup>3</sup> Nesse sentido, o grupo de climatério apresenta-se como um espaço propício para manifestação, troca e reflexão sobre aspectos relevantes da experiência da mulher, procurando, também, propiciar esclarecimentos pessoais sobre as dificuldades inerentes a esta etapa da vida. Enquanto aspecto integrante da pessoa, a sexualidade se faz presente neste contexto, necessitando ser desvelada como experiência vivencial.

A sexualidade perfaz uma ampla dimensão pessoal, própria ao ser humano, constituindo sua totalidade biopsicossocial e espiritual.<sup>4</sup> Assim, refere-se não somente a uma dimensão biológica, mas também a um universo dotado de subjetividade, em que se firmam as relações pessoais e interpessoais.

Desse modo, é compreendida como uma forma de expressão dos aspectos mais profundos da personalidade. “É inata ao ser humano, porém reelaborada ao longo da vida, mediante influências dos aspectos social, psicológico, religioso, entre outros. Percorre todas as fases do ciclo vital e apresenta especificidades inerentes a cada período. Transcende o componente biológico, deixando de ser um simples instinto relacionado à reprodução, constituindo-se em fonte de excitação e prazer para a espécie humana”.<sup>5:134</sup>

Considera-se que a relação da mulher climatérica com o próprio corpo e com o desejo sexual é marcada por fatores de ordens biológica, psicológica e sociocultural. A depleção hormonal, a história de vida pessoal e familiar, as experiências afetivas, o espaço social que a mulher ocupa – etnia, raça, classe social, momento contemporâneo – são alguns aspectos indissociáveis que constituem a experiência subjetiva da meia-idade feminina.<sup>6</sup>

Em nossa cultura, as pessoas mais velhas são tidas como sem desejo ou vida sexual, sendo esse rótulo mais forte para as mulheres, porque aquela que é considerada a finalidade principal de sua sexualidade – a reprodução – está em declínio ou já se extinguiu nesta fase da vida.<sup>7</sup>

A sexualidade feminina é carregada de tabus, mitos e preconceitos, sendo, no período do climatério, estigmatizada e abolida como necessidade biopsicossocial por grande parte do universo feminino.<sup>8</sup>

A preocupação com a questão do climatério e da sexualidade nos permitiu alguns questionamentos: como a mulher estaria vivenciando o período do climatério? Que alterações são evidenciadas pela mulher nesse momento da vida? Como a mulher expressa as questões relacionadas à sexualidade?

Desse modo, este estudo foi proposto com o objetivo de compreender o significado atribuído pela mulher às experiências vivenciadas quanto à sexualidade no período do climatério.

## MÉTODO

Trata-se de um estudo de natureza qualitativa, que trabalha com o universo de significados, motivos, crenças, valores e atitudes de mulheres que vivenciam o climatério e que pode contribuir para diminuir a distância entre o conhecimento e a prática, na medida em que auxilia na compreensão dos sentimentos das pessoas, explicando suas ações diante de um problema ou situação.<sup>9</sup>

A pesquisa foi realizada tendo como cenário uma Unidade de Saúde da Família situada no município de Juiz de Fora – MG, onde existe assistência em grupo à mulher no climatério, após autorização da coordenação do Programa de Saúde da Família deste município e da gerente da referida unidade. As mulheres climatéricas que buscam atendimento nessa unidade participam primeiramente de um grupo educativo de climatério, realizado em três encontros pelas enfermeiras e médicas. Ao final do grupo, elas recebem o cartão da mulher e são

orientadas quanto à realização do exame preventivo de câncer de colo uterino e de mama, cuja marcação se dá no término dos três encontros.

Utilizou-se como subsídio para busca das mulheres o livro de cadastro da Unidade Básica de Saúde (UBS) no qual consta nome, idade, endereço e frequência das mulheres que participaram dos grupos de climatério no ano de 2004. Foi estabelecido, no momento da leitura do livro, que as mulheres participantes do estudo deveriam ter frequência de três encontros nos grupos de climatério, perfazendo aproveitamento total, o que nos faz pensar que todas tiveram a mesma oportunidade de acesso às informações e à assistência fornecida.

Após a seleção, as mulheres foram contactadas por telefone e convidadas a participar da pesquisa. Fizemos uma breve explanação do que se tratava, colocando-nos à disposição quanto ao local que preferissem para a realização das entrevistas. Das mulheres com quem fizemos contato apenas uma recusou-se a participar do estudo, alegando problemas de saúde na família.

As entrevistas individuais foram agendadas, priorizando os dias e horários de preferência das participantes. Na ocasião, as entrevistadas foram esclarecidas quanto ao objetivo da pesquisa e suas possíveis dúvidas acerca da mesma, tendo sido garantido o anonimato das participantes da pesquisa. Cabe ressaltar que a prévia assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido foi uma condição para a participação na pesquisa. As entrevistas foram gravadas em fita cassete e transcritas na íntegra.

Para obtenção de dados, foi utilizado um roteiro de entrevista semi-estruturada que "combina perguntas fechadas e abertas, onde o entrevistado tenha a possibilidade de discorrer sobre o tema proposto, sem condições prefixadas pelo pesquisador".<sup>10:108</sup> Esse roteiro constou de uma ficha de identificação, para conhecimento das características da mulher que vivencia o climatério; perguntas que permitiram à mulher discorrer, segundo sua visão, acerca da realidade vivenciada no climatério, a saber: agora que está vivenciando a fase do climatério, conte-me como tem sido sua vida. Que alterações na sua rotina de vida você destacaria?

Optou-se por não elaborar perguntas diretas sobre a sexualidade, deixando a entrevistada livre para expressar de modo espontâneo sua vivência relacionada a essa fase do ciclo vital. Vale ressaltar que esta pesquisa obedeceu às normas de Pesquisa com Seres Humanos, segundo a Resolução N° 196, do Conselho Nacional de Saúde, de 10 de outubro

de 1996, tendo sido obtidos os depoimentos nos meses de janeiro e fevereiro de 2005, após aprovação do projeto pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos do Hospital Universitário da UFJF, protocolo N° 370.055/2004.

A coleta de dados foi realizada nos meses de janeiro e fevereiro de 2005. O número de participantes não foi preestabelecido e as entrevistas foram interrompidas quando as informações começaram a tornarem-se repetitivas, ou seja, quando julgamos que os dados eram suficientes para responder às nossas inquietações.

Assim sendo, fizeram parte do estudo oito mulheres climatéricas, com idade entre 40 e 55 anos, que participaram de grupos educativos de climatério na Unidade de Saúde, no ano de 2004, e que concordaram formalmente em participar do estudo.

Os dados foram ordenados após a transcrição das fitas cassete, leitura do material e organização dos relatos. Em seguida, foram classificados por meio da leitura exaustiva e repetida dos textos, momento em que se buscou a convergência das falas, isto é, aspectos similares dos relatos.<sup>11</sup> Da organização dos trechos que se referiam a um mesmo assunto emergiram temas relevantes, dentre os quais se destacam, para este texto, as mudanças no aspecto da sexualidade da mulher que vivencia o climatério. Os resultados e a discussão do tema foram subsidiados por meio da literatura sobre a temática.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

As mulheres participantes deste estudo eram predominantemente casadas, com nível de escolaridade de 1º grau incompleto, idade média de 47 anos, do lar, com filhos, e a maioria não menopausada.

A mulher no climatério comumente observa mudanças na vivência da sua sexualidade. Isso pôde ser identificado nas mulheres participantes deste estudo, que mencionaram modificações significativas nesse âmbito. Para a mulher, as alterações sexuais são consideradas incômodas, visto que repercutem na sua relação com o parceiro e consigo mesma.

As mudanças sexuais apontadas foram o ressecamento vaginal e a diminuição ou ausência do desejo sexual. A primeira causa desconforto no momento da relação; já a segunda coloca a mulher em uma situação também desconfortável com relação ao companheiro. Isso se deve ao fato

de não se sentir à vontade durante a relação sexual, criando uma situação delicada, muitas vezes gerando repulsa do parceiro.

*Até antipatia do parceiro, essas coisas tudo acontece mesmo (E 03).*

*Dependendo do dia, eu não gosto que nem me toque. Eu sinto pavor, sabe? O que eu estou vendo que alterou em mim mesmo é a parte sexual (E 04).*

*Meu marido às vezes vai me tocar, aí eu falo: pelo amor de Deus, não faz isso, sabe? Eu já me encolho todinha (E 06).*

*Quando meu marido me procura me dá um negócio ruim [...] eu sinto pavor (E 08).*

Sabe-se, de fato, que algumas mulheres podem evoluir para um quadro mais avançado de fobia ou aversão sexual. “Nesse caso, o estímulo não é apenas indiferente, mas repulsivo e provocador de distúrbios como taquicardia, sudorese e irritabilidade”.<sup>12:121</sup>

Entretanto, há que se pensar que alguns fatores podem ser condicionantes desse comportamento de aversão, principalmente aqueles que se concentram no imaginário e no psiquismo feminino. Isso resulta em uma situação de bloqueio psicológico para a vivência da relação sexual, com possibilidades de evolução, se forem alimentados.

Com relação às demais queixas mencionadas pelas mulheres, postula-se que a atrofia vulvovaginal por hipostrogenismo ocasiona a perda da rugosidade da mucosa vulvovaginal, com redução acentuada da lubrificação vaginal e modificações importantes da flora nativa, podendo levar ao aparecimento de prurido vulvar e à dispareunia.<sup>13</sup>

O ressecamento vaginal, explicado fisiologicamente pela diminuição significativa do estrogênio, apresenta-se como característico nas alterações sexuais evidenciadas pelas mulheres deste estudo.

*A única coisa que eu sei que é do climatério é que eu tenho ressecamento na vagina e é difícil, né? Estou até pensando em consultar o médico para ver se melhora isso (E 01).*

*Eu tenho assim... uma espécie de um ressecamento danado. Toda vez que eu tenho relação com meu marido, eu me acho muito ressecada, eu não fico úmida, não fico nada, menina. Aí eles falaram que isso tudo já é sintoma de climatério, né? (E 02).*

*Secura eu tenho... isso aí já é tudo do climatério (E 03).*

*Você fica até sem jeito de encarar uma relação, porque você acha que vai ficar só naquilo, você não consegue se excitar, se molhar toda, se lubrificar (E 05).*

A literatura corrobora as falas das mulheres, ao afirmar que a lubrificação vaginal, em resposta à excitação, que, na juventude, se dá em segundos, nesta fase precisa de mais tempo para ocorrer e, muitas vezes, está diminuída. A penetração em uma vagina não lubrificada pode ser dolorosa, afetando psicologicamente a dupla: a mulher, com medo da dor, pode fugir da relação sexual e o homem, com medo de machucá-la, pode retrair-se.<sup>2</sup>

Neste contexto, faz-se necessária uma maior compreensão e diálogo conjugal. Se o relacionamento a dois já não era bom, carregando antigos problemas mal resolvidos, o climatério pode ser um momento de explosão da falência, por potencializar dificuldades. Entretanto, se o casal cultivar uma atitude de enfrentar juntos todos os problemas e limitações da vida, estes, decorrentes dessa transição, poderão ser superados com maior tranquilidade por ele.<sup>7</sup>

O que se pôde observar no presente estudo é uma expressiva dificuldade do casal em estabelecer uma relação dialógica e compreensiva. Diante das dificuldades verbalizadas pelas mulheres, conclui-se que a capacidade de compreender e ser compreendida apresenta-se como um fator que interfere no exercício pleno da sexualidade.

*O climatério é uma fase difícil que a gente requer atenção, requer carinho, requer que a pessoa entenda a gente. E não ficar falando: você tá isso, você tá aquilo. Você até quer conversar mais com seu marido, mas ele não entende (E 01).*

*A gente mesmo que tem que entender a gente. Que eu acho que nem marido não entende. Então é muito difícil, eu estou vivendo mesmo isso (E 03).*

*O que é mais difícil é que as pessoas não entendem isso. Mulher ainda entende essa mudança, quando a gente está depois dos 40 anos, mas a outra parte masculina não entende não (E 04).*

Para exercer a sexualidade, “a mulher deve reconhecer o espaço corporal, o seu corpo agindo neste espaço e se fazendo presente no mundo e isto é possível de concretizar-se no encontro com o outro. É nesse encontro que ela percebe as diferenças entre si mesma e o outro, que aprende a distinguir as diferentes qualidades da relação com ele e consigo mesma”.<sup>14:113</sup>

A literatura aponta que a falta de compreensão entre o casal é identificada pela mulher como uma agravante na vivência da sexualidade. Consta-se também que, além do sexo em si, elas desejam manifestar amor pelo companheiro e esperam dele demonstrações de carinho, entendendo que o fato

de externarem e compartilharem as emoções e sentimentos tende a solidificar a relação conjugal.<sup>15</sup>

Relações fragilizadas podem se dar também quando a falta de desejo e prazer começa a se manifestar, diminuindo a qualidade da relação e aumentando a distância para uma vivência plena da sexualidade.

*Eu sinto assim... que o prazer diminuiu um bocado, sabe? E isso é muito ruim... não dá nem vontade, sabe? (E 02).*

*Na vida sexual, a gente já não tem mais vontade (E 04).*

*Eu só estou meio é sem vontade, sabe? Não me dá vontade não. Você entende, né? Isso mudou sim, sabe? Mudou muito mesmo (E 08).*

O climatério, isoladamente, em uma mulher saudável, não ocasionará diminuição do interesse por sexo e nem o seu potencial de relação sexual. O que altera, na verdade, é o tipo de resposta sexual, a qual se torna mais lenta e menos intensa em consequência da diminuição de estrogênio, mas nem por isso dotada de menor prazer e satisfação.<sup>12,16</sup>

Avaliando as experiências sexuais sob esse prisma, faz-se necessário um olhar mais atencioso para a vida sexual pgressa dessa mulher. Caso esta não tenha sido satisfatória, a mulher pode utilizar o climatério como subterfúgio para pôr fim a esse incômodo.<sup>8</sup> Existe ainda a possibilidade de a atrofia vaginal estar causando dor no momento da relação, o que faz com que a mulher evite tal experiência, em especial quando inexistente diálogo sexual e geral com o parceiro.<sup>12</sup>

Entretanto, até o momento, “não existe um consenso acerca das alterações hormonais da menopausa sobre o comportamento e libido, sendo que alguns pesquisadores acreditam que essas alterações são intrínsecas, enquanto outros defendem que são devidas a influências sociais e culturais”.<sup>16,48</sup>

Descortinando essas influências, que constroem também a sexualidade humana, vale ressaltar que os trabalhos que têm avaliado a influência de fatores culturais partem do pressuposto de que os valores sociais que uma determinada cultura atribui à juventude, ao envelhecimento, à fertilidade, à sexualidade, à esterilidade e à menopausa influem na manifestação clínica do climatério.<sup>17</sup>

A vivência da sexualidade possui significados e conteúdos a ela atribuídos que tendem a variar, não somente ao longo da história, de uma sociedade para outra e entre os diferentes grupos sociais em uma sociedade, mas também ao longo da vida.<sup>18</sup>

A imagem da mulher ocidental, construída a partir de valores sedimentados na beleza, na juventude e na fertilidade, atinge profundamente a identidade feminina, sendo considerada a maior causa dos sofrimentos psíquicos da mulher nesse período.<sup>19-20</sup> Assim, a menopausa repercute negativamente na construção da sua auto-imagem, o que, por sua vez, traz impactos para a vivência da sexualidade.

No Brasil, “o evento da menopausa tem marcado decisivamente a concepção de envelhecimento das mulheres. Seja identificando a entrada da menopausa como marco deste, seja apelando para a tecnologia para apagar os primeiros sinais físicos e retardar o envelhecimento”.<sup>3:64</sup>

A mulher da atualidade tem almejado ser o reflexo do padrão de beleza imposto pela sociedade, tornando-se escrava de produtos que vendem uma imagem feminina bela e perfeita aos olhos do mundo. Não se encaixando nesse padrão, cria uma consciência corporal deturpada, manifestada por baixa auto-estima e incapacidade de provocar desejo em alguém.

Sabe-se que “o avançar da idade pode ocasionar alterações corporais e estéticas que alteram o padrão de beleza da juventude, podendo levar a uma retração por parte da mulher, que passa a ter vergonha de mostrar o seu corpo”.<sup>2:23</sup> Isso foi evidenciado em algumas mulheres.

*Ultimamente eu não tenho tido coragem nem de me olhar no espelho; só olho para me arrumar rapidinho (E 01).*

*Vem a mudança por fora, né? Visível, né? [aberta o abdômen, mostrando as gorduras localizadas]. Isso é uma das coisas que me aborrece (E 03).*

*Eu engordei dez quilos, eu sempre fui magrinha. O hormônio causa isso tudo. Hoje eu sou outra mulher. Muda tudo, tudo, tudo (E 04).*

*Estou me sentindo gorda, pra mim, tá horrível (E 06).*

As mulheres espelhadas pela sociedade criam uma lógica de pseudoconcreticidade.<sup>21</sup> Corpo e sexualidade, estando carregados de símbolos, constituem objetos privilegiados de controle e de repressão, trazendo consequências para a identidade feminina e sua auto-estima”.<sup>22:206</sup> Dessa forma, seus corpos trazem as marcas do controle social, deixadas no curso da vida.

A sexualidade foi abordada pelas mulheres deste estudo como uma maneira de significar o climatério. Questões restritas ao campo conceitual estão distantes do entendimento desse momento

pela mulher. A abordagem compreensiva que a mesma possui acerca do período vivenciado refere-se àquilo que sente em seu corpo e em suas relações consigo e com o mundo.

Reconhecemos inúmeros condicionantes que atuam (direta ou indiretamente) na sexualidade da mulher climatérica. Há que se pensar, nesse sentido, no fortalecimento de espaços que possibilitem à mulher compartilhar suas experiências de vida nesse período, a fim de que possa vivenciá-lo com maior tranquilidade.

Nesse sentido, o grupo de climatério mostrou-se como um ambiente gerador de inquietações, reflexões e busca de respostas. O deparar-se com a realidade e identificá-la é, inegavelmente, o primeiro passo rumo à resolução dos problemas evidenciados pela mulher no que concerne ao climatério.

Outra questão de suma importância refere-se às experiências compartilhadas, que ocorrem no encontro com o outro que vivencia realidade semelhante. Isso tranquiliza a mulher e lhe permite uma maior compreensão do momento vivenciado. Neste sentido, o “grupo constitui um espaço para reflexão e discussão das vivências, permitindo a identificação de temas fundamentais para melhor compreender o problema em pauta”.<sup>23:20</sup> Isso pôde ser evidenciado nas seguintes falas.

*As pessoas não entendem, mas é tudo do climatério, que a gente faz os encontros lá [...] que eles passam pra gente. A gente sente tudo isso (E 01).*

*As coisas que falaram lá nas reuniões eu estou sentindo. Que a gente, às vezes, não procura entender e eu entendi, participando das reuniões de climatério (E 03).*

*E ninguém entende a gente mesmo não. Por isso que a gente tem que estar sempre em grupo, participando, igual nós tivemos no posto aqui (E 04).*

*Eu vi lá no grupo que todo mundo que está passando por isso sente a mesma coisa, aí eu fico mais tranqüila, sabe? (E 08).*

O grupo é um espaço que permite a reflexão e relativiza as vivências singulares no confronto de experiências e na elaboração de sínteses sobre a situação particular da mulher, no seu contexto de vida e saúde. Constitui um espaço gerador de solidariedade e estímulo para uma mudança qualitativa de vida, possibilitando a participação ativa da mulher no enfrentamento de sua problemática, dando a ela o poder de optar diante das alternativas que vão se apresentando.<sup>20,22</sup>

Desse modo, “a proposta de discussão em grupo pode ser vista como meio de fortalecer a

auto-estima e a possibilidade de as usuárias se tornarem sujeitos ativos no cuidado da sua saúde, como também em outros âmbitos vitais”.<sup>24:31</sup> Isso pôde ser observado nos seguintes relatos.

*No grupo, eles explicaram muita coisa, tem mais é que aprender a lidar com isso, né? (E 01).*

*Tem aqueles cuidados que a gente aprendeu no grupo, aquelas dicas, né? Que elas falam pra gente fazer pra prevenir, né? Os hormônios que tem que olhar, igual eu aprendi lá, que você pode usar, na hora da relação, uma geléia caseira que elas ensinaram pra facilitar, né? [...] E tem também a orientação pra você ficar mais bem inteirada do assunto, não ficar boiando, voando depois, né? (E 02).*

*Elas explicam coisas para gente, coisas que a gente não sabe e fica sabendo. Aí você sabe como lidar com esse problema que a gente tem. Aí você vai fazer o que vai ser melhor (E 04).*

*Elas explicam muita coisa, né? Assim, aqueles negócios que passou assim, né? No quadro, né? Elas explicou muita coisa que é bom (E 05).*

A dinâmica grupal auxiliou as mulheres deste estudo a perceberem as suas próprias demandas quanto à sexualidade, a reconhecerem o que sabem e sentem. Permitiu também “a interação do conhecimento técnico com o conhecimento empírico das mulheres sobre os fatos em questão, motivando-as para a compreensão da totalidade em que a experiência vivida se insere”.<sup>25:32</sup>

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

O climatério representa uma importante fase, tendo em vista “a necessidade de se desconstruir pré-conceitos, re-construir conceitos e construir uma nova imagem da mulher, alicerçada em valores pessoais, sociais e estéticos, na perspectiva deste novo século e milênio”.<sup>25:32</sup>

A sexualidade, historicamente construída em torno de mitos e tabus, merece especial destaque nesse período, devendo ser um constante objeto de estudo e atenção por parte dos profissionais de saúde alocados na prática, ensino e pesquisa.

O presente estudo permitiu compreender que a mulher, no período do climatério, observa modificações substanciais no tocante à sua sexualidade. Esta passa a ter contornos mais limitados e justificados, pela mulher, como resultantes dessa fase do ciclo vital.

Pôde-se perceber que as alterações sexuais mencionadas possuem um entrelaçamento com a insatisfação do convívio com o parceiro, explicita-

do de forma singular na incompreensão e ausência de diálogo conjugal.

Mereceu destaque ainda a baixa auto-estima da mulher nessa fase. Delineamentos de uma cultura ocidental que enaltece a juventude repercutem na percepção corporal da mulher climatérica e, por conseguinte, na vivência da sua sexualidade. Ela se vê, muitas vezes, à margem do padrão de beleza bem aceito pela sociedade e, desta forma, não se percebe enquanto objeto de desejo, capaz de despertar o interesse do outro.

A participação das mulheres no grupo de climatério permitiu-lhes entender a forma de expressão do corpo frente ao momento vivenciado, corpo este não centrado unicamente em sua experiência pessoal, mas coletivizado, por meio da troca que se deu entre as mulheres que vivenciam situações semelhantes.

O ser humano se permite verdadeiramente ser na medida em que vai ao encontro do outro. Percebe-se, nesse sentido, que o grupo de climatério pode exercer um papel importante para a mulher que vivencia esse momento, pois constitui espaços fecundos para trabalhar, no encontro com outras mulheres, vários aspectos dessa vivência, inclusive aqueles ligados à sexualidade.

Aos profissionais de saúde, agentes ativos para a criação desses espaços, o estudo permitirá uma reflexão sobre a temática, subsidiando discussões no campo do ensino, pesquisa e serviço.

Sendo inerente à condição humana, a sexualidade transforma-se, conforma-se ou deforma-se ao longo da vida, tendo em vista as experiências vivenciadas no âmbito individual e coletivo. Assim, a percepção corporal, a forma de ser para e com o outro e de ser no mundo estão estreitamente ligadas na formação da sexualidade humana.

Este estudo apontou de forma explícita como essa formação tem se dado no universo feminino diante da experiência do climatério, entendendo estar na esfera biopsicossocial a simbiose que possibilitará a vivência plena da sexualidade.

## REFERÊNCIAS

- 1 Palacios S. *Climaterio y Menopausa*. Madri (ES): Mirpal; 1994.
- 2 Almeida AB. Sexualidade no climatério. In: Almeida AB, organizadora. *Reavaliando o climatério: enfoque atual e multidisciplinar* Porto Alegre (RS): Atheneu; 2003. p.17-29.
- 3 Mendonça EAP. As transformações em torno do ciclo de vida da menopausa e da sexualidade. In: Silva DPM, organizadora. *Sexualidade em diferentes enfoques*. Niterói (RJ): Muiraquita; 2001. p.60-72.
- 4 Jesus MCP. *A educação sexual na vida cotidiana de pais e adolescentes: uma abordagem compreensiva da ação social*. [tese]. São Paulo (SP): Universidade de São Paulo - Pós-Graduação em Enfermagem; 1998.
- 5 Fernandez MR, Gir E, Hayashida M. Sexualidade no período do climatério: situações vivenciadas pela mulher. *Rev Esc Enferm USP*. 2005 Mar-Abr; 39(2):129-35.
- 6 Mori ME, Coelho VLD. Mulheres de corpo e alma: aspectos biopsicossociais da meia-idade feminina. *Psicol Refl Crít [periódico na Internet]*. 2004 Mai-Ago [acesso em 2007 Jul 21]; 17(2):[12 p.] Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S01027972004000200006&script=sci\\_arttext&tlng](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S01027972004000200006&script=sci_arttext&tlng)
- 7 Hardy E, Alves G, Osís MJD. Sociologia do climatério. In: Pinotti JA, Halbe H., Hegg R, organizadores. *Menopausa*. São Paulo (SP): Roca; 1995. p.31-6.
- 8 Ramos D. *Viva a menopausa naturalmente*. São Paulo (SP): Augustus, 1998.
- 9 Merighi MAB, Praça N S. *Abordagens Teórico- Metodológicas Qualitativas: a vivência da mulher no período reprodutivo*. Rio de Janeiro (RJ): Guanabara Koogan; 2003.
- 10 Minayo MCS. *O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde*. 3ª ed. São Paulo/Rio de Janeiro (SP/RJ): HUCITEC/ABRASCO; 1994.
- 11 Minayo MCS, organizadora. *Pesquisa Social: teoria, método e criatividade*. 3ª ed. São Paulo (SP): Vozes; 1996.
- 12 Lopes GP. Sexualidade: fisiopatologia, diagnóstico e tratamento. In: Fernandes CF, organizador. *Menopausa: diagnóstico e tratamento*. São Paulo (SP): Segmento; 2003. p.117-23.
- 13 Vigeta SMG, Bretas ACP. A experiência da perimenopausa e pós-menopausa com mulheres que fazem uso ou não da terapia de reposição hormonal. *Cad Saúde Pública*. 2004 Nov-Dez; 20(6):1682-9.
- 14 Gonçalves R. *Vivenciando o climatério: o corpo em seu percurso existencial à luz da fenomenologia* [tese]. São Paulo (SP): Universidade de São Paulo. Pós-Graduação em Enfermagem; 2005.
- 15 Gozzo TO, Fustioni SN, Barbieri M, Roher WM, Freitas IA. Sexualidade feminina: compreendendo o seu significado. *Rev Latino-am Enfermagem*. [periódico na Internet]. 2000 Jul-Set [acesso em 2007 Out 13]; 8(3): [14 p.] Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S010411692000000300012&lng=en&nrm=iso&tln\\_g=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010411692000000300012&lng=en&nrm=iso&tln_g=pt)
- 16 Lopes GP. Sexualidade no Climatério. In: Rodrigues EJS, Filho JD, organizadores. *Menopausa: seja bem-vinda e bem vivida*. Rio de Janeiro (RJ): Medis; 2001. p.43-53.
- 17 Baracat EC, Bortolletto CCR, Lima GR. Gênese dos fenômenos vasomotores. In: Pinotti JA, Halbe H,

- Hegg R, organizadores. Menopausa. São Paulo (SP): Roca; 1995. p.37-40.
- 18 Loyola MA. A sexualidade como objeto de estudo das ciências humanas. In: Heilborn ML, organizadora. Sexualidade: o olhar das ciências sociais. Rio de Janeiro (RJ): Jorge Zahar Editor; 1999. p.31-9.
- 19 Mendonça EAP. Representações médicas e de gênero na promoção da saúde no climatério/menopausa. Ciênc Saúde Colet. 2004 Jan-Fev; 9(1):155-66.
- 20 Mendonça EAP. Representações sociais como objetos de práticas educativas na promoção da saúde no climatério-menopausa. [tese]. Rio de Janeiro (RJ): Escola Nacional de Saúde Pública. Fundação Oswaldo Cruz; 2004.
- 21 Severino FLS. Mulher climatérica: ponto de vista da mulher. In: Pinotti JA, Halbe H, Hegg R, organizadores. Menopausa. São Paulo (SP): Roca; 1995. p.11-20.
- 22 Mendonça EAP. Tematizando gênero e sexualidade nas práticas educativas. In: Bravo MIS, Vsconcellos AM, Gama AS, Monnerat GL, organizadoras. Saúde e Serviço Social. Rio de Janeiro (RJ): Cortez; 2004. p.196-212.
- 23 Chiesa AM, Westphal MF. A sistematização de oficinas problematizadoras no contexto dos serviços públicos de saúde. Saúde Debate. 1995 Mar; 46:19-22.
- 24 Giffin K. Estudos de gênero e saúde coletiva. Saúde Debate. 1995 Mar; 46:29-32.
- 25 Almeida LHRB, Luz MHBA, Monteiro CFS. Ser mulher no climatério: uma análise compreensiva pela enfermagem. Rev Enferm UERJ. 2007 Jul-Set; 15(3):370-5.