



XVII Encontro de Extensão Universitária da Universidade Federal de Campina Grande. *Extensão Universitária, Arte e Cultura: desafios e caminhos possíveis para indissociabilidade entre Ensino, Pesquisa e Extensão.* De 11 a 19 de março de 2024. Campina Grande, Patos, Sousa, Pombal, Cuité, Sumé e Cajazeiras, PB – Brasil.

## **Conscientização sobre a importância do bem estar físico e psicológico de mulheres durante o climatério.**

José Vitor de Araújo Pessoa<sup>1</sup>, Mateus Patriota Soares<sup>2</sup>, Lucas Morais Regis de Lucena<sup>3</sup>, Murilo Ricardo Maximo Vieira Pinheiro<sup>4</sup>, Aline Maria de Lima Silva<sup>5</sup>, Tatiana Silva Ferreira de Almeida<sup>6</sup>  
[tatiana.almeidaufcg.edu.br](mailto:tatiana.almeidaufcg.edu.br)

**Resumo:** Durante o climatério, as mulheres têm um risco aumentado de desenvolver síndrome metabólica devido às mudanças hormonais e metabólicas características desse período. O manejo adequado durante o climatério pode ajudar a prevenir ou controlar os fatores de risco associados à síndrome metabólica, promovendo uma melhor qualidade de vida.

**Palavras-chaves:** Educação em Saúde, Síndrome Metabólica, Climatério.

### **1.Introdução**

Climatério e Síndrome metabólica (SM) são altamente prevalentes na população geral, a associação entre elas não está totalmente esclarecida. Ambas são fatores de risco para doenças cardiovasculares e para o acidente vascular cerebral. A SM inclui hipertrigliceridemia, hipertensão arterial, dislipidemia, obesidade, risco aumentado para diabetes mellitus-2, e aumento do risco para doenças cardiovasculares. O climatério é um período no qual as mulheres experimentam irregularidades menstruais e flutuações hormonais antes da menopausa clínica; até 80% desenvolvem ondas de calor (o sintoma mais comum da menopausa), mas apenas 20 a 30 por cento procuram atendimento médico para eles. Muitas das informações disponíveis sobre as manifestações endócrinas e clínicas da transição da menopausa vêm de estudos longitudinais de coorte de mulheres de meia-idade. Além disso, a literatura mostra que os sintomas de transtornos ansiosos surgem pioram durante o climatério, o que prejudica a qualidade de vida da mulher. Urgiu a necessidade de quebrar os muros metafóricos da universidade e repassar o conhecimento científico associando a sabedoria popular e cultural da sociedade, sendo assim o presente projeto se constituiu de realizar capacitações em unidades básicas de saúde com o público alvo, através de consultas individuais.

### **2. Metodologia**

Para alcançar seus objetivos, as seguintes atividades foram realizadas:

Capacitamos e treinamento dos discentes por meio de: Orientações iniciais sobre o desenvolvimento do projeto, carga horária necessária, normas a serem cumpridas e divisão de tarefas, por meio da reuniões. Também foram realizados estudos teóricos, discussões em grupo, pesquisas em livros, revistas, ferramentas eletrônicas de busca e leituras de textos sobre as temáticas a serem abordadas nas atividades desenvolvidas com o público-alvo. Foi elaborado folares e vídeos ilustrativos, e foi contatado 02(duas) unidades de saúde e realizados 04(quatro) capacitações nas unidades.

### **4. Resultados e Discussões**

Foram realizados 04 atividades em cada unidade básica de saúde( UBS Eduardo ramos e UBS Ressureição). Foram realizados atendimentos individuais de 61 mulheres entre 40 e 60 anos. apenas 15% dessas tinham realizados consultas anteriores sobre os sintomas do climatério. apenas 3,8% faziam reposição hormonal.

<sup>1,2,3,4,5</sup>Estudantes de Graduação, UFCG, Campus Campina Grande, PB. Brasil.

<sup>6</sup> Coordenador/a, Professora, UFCG, Campus Campina Grande, PB. Brasil.



XVII Encontro de Extensão Universitária da Universidade Federal de Campina Grande.

*Extensão Universitária, Arte e Cultura: desafios e caminhos possíveis para indissociabilidade entre Ensino, Pesquisa e Extensão.* De 11 a 19 de março de 2024.

Campina Grande, Patos, Sousa, Pombal, Cuité, Sumé e Cajazeiras, PB – Brasil.



Figura 1: Foto da capacitação na unidade ressurreição



Figura 2: UBS Eduardo Ramos

Nos chama a atenção os seguintes dados:

- 85% Não viam os sintomas do climatério como passível de tratamento

- 60% referiam que os sintomas do climatério impactavam a qualidade de vida

Inferindo a necessidade da educação em saúde nesse público e realizando as possíveis intervenções na qualidade e vida.

### 5. Conclusões

Conforme dados apresentados acima, o projeto teve impacto positivo na vida de muitas mulheres. A execução da extensão proporcionou aos alunos levar o conhecimento científico adquirido na universidade a sociedade externa.

### 6. Referências

1. D. Pu, R. Tan, Q. Yu & J. Wu (2017) Metabolic syndrome in menopause and associated factors: a meta-analysis, *Climacteric*, 20:6, 583- 591, DOI: 10.1080/13697137.2017.1386649
2. Hallajzadeh, Jamal PhD 1, et al. Síndrome metabólica e seus componentes em mulheres na pré e pós-menopausa: uma revisão abrangente e meta-análise em observacionais. *Menopausa: outubro de 2018 - Volume 25 - Edição 10 - p 1155-1164* doi: 10.1097/GME.0000000000001136

### Agradecimentos

À Dra Paula Falcão pelo suporte contatos com as unidades básicas de saúde e organização dos eventos  
À UFCG pela concessão de bolsa(s) por meio da Chamada PROPEX 003/2023 PROBEX/UFCG.