



# COINTER PDVL 2020

VII CONGRESSO INTERNACIONAL DAS LICENCIATURAS

Edição 100% virtual | 02 a 05 de dezembro

ISSN:2358-9728 | PREFIXO DOI:10.31692/2358-9728

## CONSTRUÇÃO DE PRODUTO EDUCATIVO “COISAS DE MULHER”: PROMOÇÃO DA SAÚDE DA MULHER CLIMATERICA

## CONSTRUCCIÓN DEL PRODUCTO EDUCATIVO “COSAS PARA LAS MUJERES”: PROMOVER LA SALUD DE LAS MUJERES CLIMÁTICAS

## CONSTRUCTION OF THE EDUCATIONAL PRODUCT “THINGS FOR WOMEN”: PROMOTING HEALTH OF CLIMATE WOMEN

Apresentação: Relato de Experiência

Leidiany Souza Silva<sup>1</sup>; Rafael Souza Silva<sup>2</sup>; Anselmo Cordeiro de Souza<sup>3</sup>; Elias Ferreira Porto<sup>4</sup>

### INTRODUÇÃO

Na base empírica da literatura acadêmico científica o termo climatério é em muitos sentidos ambíguo. O que se pode exemplificar no uso indistinto entre os termos menopausa e climatério no espaço editorial científico indexado (DIAS et al., 2020; BLUMEL et al., 2014). Aqui considera-se climatério como a etapa de transição de homens e mulheres adultos de meia idade (40 a 65 anos) para a idade avançada (mais de 65 anos), o que por vezes é acompanhado pela experimentação de sintomas multifacetados nas dimensões física, vasomotor-genital, psicológica e metabólica (YEOM et al., 2018). É um processo natural, variando de assintomático a sintomas diversos (por vezes intensos e severos), além de associados a fatores biológicos, funcionais e reprodutivos, afetando a qualidade de vida relacionada a saúde (REAL et al., 2018; CARDOSO, CAMARGO, 2017).

A Promoção da Saúde e a adoção de um estilo de vida saudável são algumas das estratégias da atenção básica para buscar a melhoria da qualidade de vida da população feminina, de forma a prevenir e diminuir agravos (BRASIL, 2016).

O estilo de vida relacionado a saúde tem se caracterizado como conjunto de hábitos e

<sup>1</sup> Mestre, Centro Universitário Adventista de São Paulo, [leidianysoouza@hotmail.com](mailto:leidianysoouza@hotmail.com)

<sup>2</sup> Especialista, Faculdade Integrada de Ensino Superior de Colinas, [rafael\\_net\\_souza@hotmail.com](mailto:rafael_net_souza@hotmail.com)

<sup>3</sup> Mestre, Centro Universitário Adventista de São Paulo, [anselmo.vivamelhor@hotmail.com](mailto:anselmo.vivamelhor@hotmail.com)

<sup>4</sup> Doutor, Centro Universitário Adventista de São Paulo, [eliasporto@gmail.com](mailto:eliasporto@gmail.com)

## **PRODUTO EDUCATIVO “COISAS DE MULHER”**

costumes que são influenciados, modificados, fomentados ou inibidos pelo processo de socialização ao longo da vida, afetando a qualidade de vida que refere-se a percepção do indivíduo sobre seu bem-estar físico, mental, psicológico e espiritual, relaciona-se à saúde, educação, e interação social com os amigos e familiares (MIRANDA, PORTO, SOUZA, 2018; PEREIRA et al., 2017).

A promoção da saúde por meio de estratégias de educação em saúde tem sido relatada como válida em várias temáticas e diferentes públicos (FREITAS et al., 2018; ZUKOWSKY-TAVARES et al., 2017; GAZETTA, 2015). Entre as maneiras de comunicação científica, destaca-se as histórias em quadrinhos, por serem considerados ótimos instrumentos pedagógicos e informativos atingindo um público mais abrangente, e são recomendados para a difusão de conhecimentos na promoção a aquisição de hábitos promotores de saúde e da mudança de hábitos nocivos e insalubres, objetivando melhor qualidade de vida (CICERO et al., 2020; PRADO et al., 2017).

Destacamos que há um interesse crescente por evidências sobre o impacto a longo prazo de fatores climatéricos associados e de estilo de vida na saúde geral, qualidade do sono e longevidade. Porém sintomas climatéricos se sobrepõem entre os sexos e aos sinais de incontáveis problemas de saúde associados ao envelhecimento, tais como as doenças crônicas não transmissíveis e doenças crônicas baseadas na adiposidade (SILVA, 2020).

Assim, como devolutiva a população climatérica feminina, foco de estudo neste trabalho, foi pensada uma produção técnica no formato de cartilha em modelo de quadrinhos, levando em consideração orientações da literatura para este tipo de proposta educativa aplicada a área de saúde (MCDERMOTT et al., 2018).

## **RELATO DE EXPERIÊNCIA**

A produção deste produto educativo foi pensada como devolutiva de pesquisa em curso no mestrado profissional em promoção da saúde. De acordo com a resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde, que define as diretrizes e normas reguladoras das pesquisas envolvendo seres humanos, o projeto foi submetido à Plataforma Brasil e direcionado ao Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Adventista de São Paulo– UNASP, para apreciação ética, com parecer de aprovação, sob o CAAE 19554919.9.0000.5377. A construção do produto educativo, a saber, a cartilha, foi operacionalizada em duas etapas: o conteúdo foi pensado mediante revisão da literatura abordando o período climatérico feminino abordando

além das características comuns ao período, a indicação de hábitos componentes a estilo de vida promotor de saúde. Com este objetivo em mente, foram traçados os primeiros esboços.

Um bom “Gibi”, como um bom manuscrito científico, conta uma história. Por isso uma história em quadrinhos tem um começo (a configuração), um meio (o conflito) e uma resolução (a piada) (MCDERMOTT et al., 2018). Para configuração foi pensado o ambiente da atenção básica, na dinâmica de uma consulta rotineira, motivada pela apresentação de sintomas do climatério (o conflito). Assim se compôs dois personagens o profissional de saúde e a mulher climatérica.

Destaca-se que a senescência reprodutiva ligada ao climatério feminino, é consistentemente relada na literatura, podendo compreender a pré, peri e pós menopausa (DIAS et al., 2020; REYHANI et al., 2019; BIEN et al., 2015). Assim os sintomas durante o climatério feminino podem incluir episódios como sensações espontâneas de calor, geralmente sentidas no peito, pescoço e face, e frequentemente associadas a transpiração, palpitações e ansiedade, alterações de humor, incontinência e vazamento urinário, distúrbios do sono, alterações cognitivas (memória), queixas somáticas (físicas) e disfunção sexual (MOUDI et al., 2018; ATRIAN et al., 2018; NELSON, 2008). Logo, na história em quadrinhos algumas dessas queixas são ilustradas.

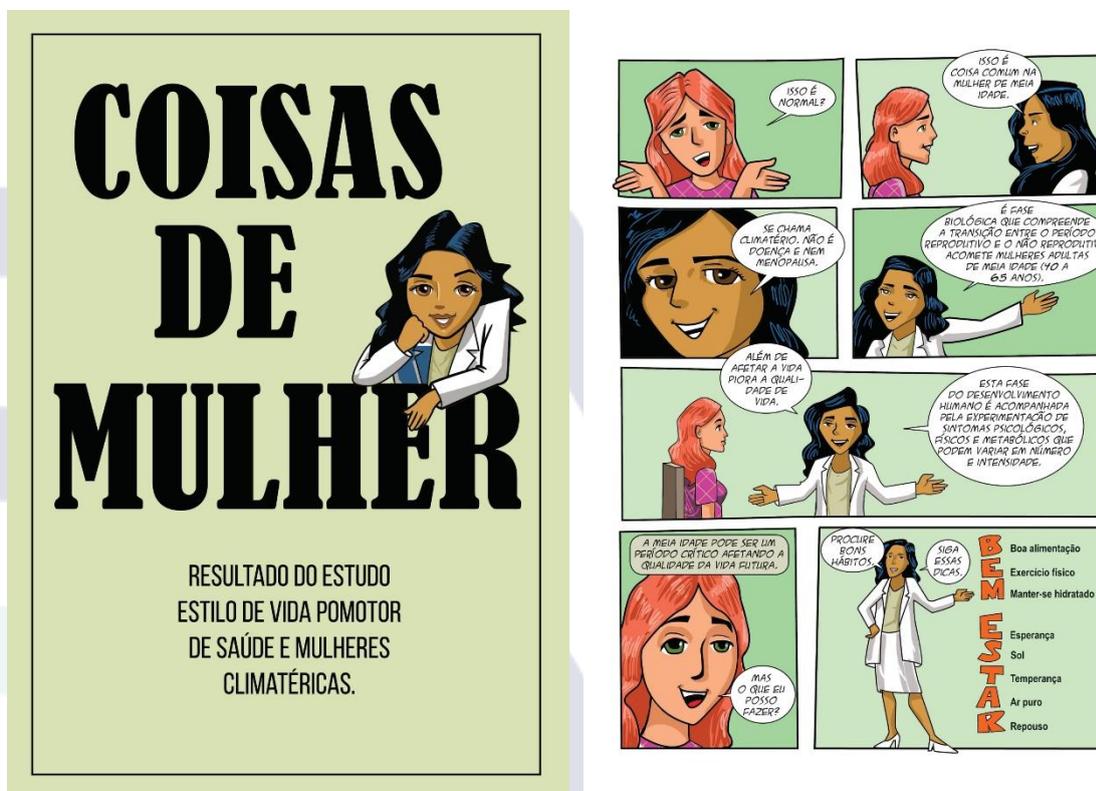
É proposto nos quadrinhos a naturalidade da situação ilustrada pela expressão bem humorada (a piada): “coisas de mulher”, indicando como recurso para atenuação dos sintomas hábitos promotores de saúde propostos por em outros estudos (SNELL et al., 2019; ABDALA et al., 2018; FERREIRA, 2014; SLAVÍČEK et al., 2008), adaptados no acrostico “BEM-ESTAR”: B – Boa alimentação; E – Exercício físico; M – Manter-se hidratado; E – Esperança; S – Sol; T – Temperança; A – Ar puro; R – Repouso.

Após a construção do esboço do produto educativo, ele foi submetido a avaliação de professores que atuaram na condição de juízes especialistas. A etapa de avaliação dos juízes se deu em dois momentos: no primeiro momento responder à pergunta aberta: “Quais informações devem ser descritas em um material educativo para mulheres no período do climatério?” emitindo sugestões acerca da temática, as quais foram consideradas na construção/adequação do material; no segundo momento avaliar por meio de check list o material educativo produzido, preenchendo o instrumento de avaliação disponibilizado. O modelo do termo de consentimento assinado pelos professores e questões para avaliação dos mesmos foi adaptado do trabalho de Gazetta (2015). Com as avaliações dos juízes foram incorporados ajustes ao produto educativo. Constituiu-se uma cartilha em quadrinhos para educação em saúde com mulheres climatéricas,

## PRODUTO EDUCATIVO “COISAS DE MULHER”

como parcialmente explicito na figura 1.

**Figura 1** – Páginas do Produto educativo construído.



## CONCLUSÕES

O Processo de construção do produto educativo, mostrou-se suficiente para entregar conteúdo relevante para população feminina climaterica.

## REFERÊNCIAS

ABDALA, G. A.; MEIRA, M. D. D.; ISAYAMA, R. N.; RODRIGO, G. T.; WATAYA, R. S.; TERTULIANO, I. W. Validation of the eight natural remedies questionnaire–Q8RN–adult version. **Life Style**, v. 5, n. 2, p. 135-159, 2018.

ATRIAN, M. K.; SOLHI, M.; AZAR, F. E. F.; ATOOF, F. Association of self-care status with some relevant factors in middle-aged women in their early menopausal stage. **Journal of education and health promotion**, v. 7, 2018.

BIENÍ, A.; RZOŃCA, E.; IWANOWICZ-PALUS, G.; PAŃCZYK-SZEPTUCH, M. The influence of climacteric symptoms on women’s lives and activities. **International journal of environmental research and public health**, v. 12, n. 4, p. 3835-3846, 2015.

BLÜMEL, J. E.; LAVÍN, P.; VALLEJO, M. S.; SARRÁ, S. Menopause or climacteric, just a

[4]

semantic discussion or has it clinical implications?. **Climacteric**, v. 17, n. 3, p. 235-241, 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. **Manual de Atenção à Mulher no Climatério/Menopausa**. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Brasília: Ministério da Saúde, 2016.

CARDOSO, E. C.; CAMARGO, M. J. G. Terapia Ocupacional em Saúde da Mulher: impacto dos sintomas do climatério na atividade profissional. **Tempus, actas de saúde coletiva**, v. 11, n. 1, p. 153-167, 2017.

CICERO, C. E.; GIULIANO, L.; TODARO, V.; COLLI, C.; PADILLA, S.; VILTE, E.; et al. Comic book-based educational program on epilepsy for high-school students: Results from a pilot study in the Gran Chaco region, Bolivia. **Epilepsy & Behavior**, v. 107, p. 107076, 2020.

DIAS, M. F. **Lições de Ginecologia**. Imprensa da Universidade de Coimbra/Coimbra University Press: Coimbra, 2020.

FERREIRA, Alba Silva et al. **Proposta de intervenção no centro de assistência psicossocial utilizando os recursos terapêuticos naturais**. Florianópolis, 2014. 30f. Monografia (Especialização) – Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2014.

FREITAS, R. P. M.; MIRANDA, M. K. V.; SOUZA, A. C.; ZUKOWSKY-TAVARES, C. Educação em saúde com gestantes e mães sobre noções de cuidado com o neonato. **Revista Brasileira Multidisciplinar**, v. 21, n. 3, p. 120-134, 2018.

GAZETTA, G. H. A. K. **Construção e validação de material educativo para mulheres no climatério**. Marília, 2015. Dissertação (Mestrado em Saúde e Envelhecimento) – Faculdade de Medicina de Marília, Marília, 2015.

MCDERMOTT, J. E.; PARTRIDGE, M.; BROMBERG, Y. Ten simple rules for drawing scientific comics. **PLoS Comput Biol**, v. 14, n. 1, e1005845, 2018.

MIRANDA, M. K. V.; PORTO, E. F.; SOUZA, A. C. Influência do estilo de vida e qualidade de vida nos exames de sangue. **Temas em saúde (João Pessoa)**, v. 18, n. 1, p. 143-170, 2018.

MOUDI, A.; DASHTGARD, A.; SALEHINIYA, H.; KATEBI, M. S.; RAZMARA, M. R.; JANI, M. R. The relationship between health-promoting lifestyle and sleep quality in postmenopausal women. **Biomedicine**, v. 8, n. 2, 2018.

NELSON, D. H. Menopause, **The Lancet**, v. 371, n. 9614, p. 760-770, 2008.

PEREIRA, E. S.; ABDALA, G. A.; MEIRA, M. D. D.; SOUZA, A. C. Estilo de Vida e qualidade de vida de hipertensos em uma unidade básica de saúde. **Revista Sodebras**, v. 12, n. 137, p. 99-103, 2017.

PRADO, C. C.; SOUSA JUNIOR, C. E.; PIRES, M. L. Histórias em quadrinhos: uma ferramenta para a educação e promoção da saúde. **Revista Eletrônica de Comunicação, Informação e Inovação em Saúde**, v. 11, n. 2, 2017.

REAL, M. G. A.; JIMÉNEZ, J. L. L.; GARCÍA, E. M.; GONZÁLEZ, C. G. Alterações

## PRODUTO EDUCATIVO “COISAS DE MULHER”

biopsicossociais durante o climatério: sintomas somáticos, insônia e manifestações depressivas. **Revista Kairós: Gerontologia**, v. 21, n. 2, p. 09-30, 2018.

REYHANI, M.; KAZEMI, A.; FARAJZADEGAN, Z.; KESHVARI, M. Design and psychometric analysis of a climacteric adjustment questionnaire for middle-aged women. **Menopause**, v. 27, n. 3, p. 333-338, 2020.

SILVA, L. S. **Estilo de vida promotor de saúde em mulheres climatéricas**. São Paulo, 2020. 82f. Dissertação (Mestrado Profissional em Promoção da Saúde) – Centro Universitário Adventista de São Paulo, São Paulo, 2020.

SNELL, S.; HUGHES, T.; FORE, C.; LUKMAN, R.; MORGAN, B. Treating Chronic Nonmalignant Pain: Evidence and Faith-Based Approaches. **J Christ Nurs**, v. 36, n. 1, p. 22-30, 2019.

SLAVÍČEK, J.; KITTNAR, O.; FRASER, G. E.; MEDOVÁ, E.; KONECŇÁ, J.; ZIZKA, R.; DOHNALOVÁ, A.; NOVÁK, V. Lifestyle decreases risk factors for cardiovascular diseases. **Central European journal of public health**, v. 16, n. 4, p. 161–164, 2008.

YEOM, H-E. Gender differences in climacteric symptoms and associated factors in Korean men and women. **Applied Nursing Research**, v. 41, p. 21-28, 2018.

ZUKOWSKY-TAVARES, C.; SOUZA, A. C.; BRAGA, N. G. S.; LIMA, A. S.; SANTOS, D. D. C.; FRANCICA, J. O.; COSTA, E. M. S. Experiência de educação em saúde sobre sexualidade com adolescentes institucionalizados. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, v. 30, n. 1, p. 135-140, 2017.  
. 1. p. 175-175, 2005.