

Menopausa e Sexualidade: o (des)prazer de envelhecer

Maria Carminda Soares Morais^{*}, Irene da Conceição Silva Cerejeira Azevedo^{**},
Maria José Magalhães^{***}

Introdução: Partindo da sexualidade das mulheres na menopausa, esta investigação assenta nas perspetivas de género, na construção social do feminino, do ser mulher e do papel dos movimentos feministas no desafio a esses constrangimentos (Magalhães, 2005). A menopausa, enquanto última fase do ciclo reprodutivo, marca uma transição, frequentemente, vivenciada de forma angustiante e dramática. Baseadas nas teorias da transição (Meleis, 1996) e do cuidar (Lenninger, 1991), desafia-se a conjugação de esforços do agir em enfermagem no sentido da reorganização dos momentos transicionais.

Objetivos: Sendo a menopausa um período de transição, marcada por manifestações psicofisiológicas, é essencial conhecer a sua natureza, a sua representação simbólica, de modo a assegurar práticas de enfermagem que resultem no efetivo empoderamento das cidadãs na construção dos seus projetos de saúde, nomeadamente na área da sexualidade na menopausa. Procura-se, com o contributo das mulheres, conhecer as necessidades, percebendo como vivem a sexualidade e se esta é vivida com des/prazer.

Metodologia: Considerando o objeto de estudo - as vivências da sexualidade das mulheres em menopausa fisiológica - a estratégia metodológica desenvolveu-se de acordo com uma perspetiva interpretativa, na valorização da experiência humana, atribuindo importância aos significados dos comportamentos humanos. Centrado no método biográfico, nas histórias de vida como metodologia fundamental, na esteira de Ferrarotti, (1983) e Magalhães (2005), o estudo tem carácter interpretativo, exploratório, descritivo e relacional. Através da construção de narrativas biográficas, valorizam-se as subjetividades, as regularidades, as singularidades que irrompem das vozes e silêncios de cinco mulheres, em contextos sociogeográficos diferentes.

Resultados: Como contributos foi possível perceber como cada mulher vivenciou a sua sexualidade na menopausa, que estas histórias de cada mulher se misturam com a de todas, apenas pela semelhança em alguma sintomatologia. Associados à condição de ser mulher em menopausa, os medos e os anseios que vivenciam ao nível da sexualidade nesta fase de transição são motivo de constrangimento e com tendência a comprometer a sua qualidade de vida. Verificamos que as mulheres com mais amigas parecem ser as mais imponderadas e mais firmes. Quanto aos desconfortos recorrem ao médico e nunca procuram o apoio de EESMO por desconhecimento das suas competências profissionais nesta fase do ciclo reprodutivo. Confrontamo-nos com um longo percurso, nesta área. O ato de cuidar só terá verdadeiro sentido e significado se o/a Enfermeiro/a assim o desejar e dependerá dos conhecimentos mobilizados, da intencionalidade, do empenho e do desejo que imprime a esse agir.

Conclusões: Do estudo emerge a necessidade de preparação das mulheres para vivenciarem a pré e peri-menopausa, enquanto fenómenos fisiológicos, trabalhando previamente a área do conhecimento das mulheres, de modo a que estas compreendam a sintomatologia e quais as estratégias para a redução desses desconfortos. Convoca ainda o agir de todos os profissionais na prevenção e denúncia da violência doméstica. Em suma, a intervenção deve centrar-se no empoderamento das mulheres, onde o saber, a manutenção de redes de sociabilidade (amigas, colegas) e a autonomia se conjugam para fortalecer a tomada de decisão no sentido de uma melhor qualidade de vida na menopausa.

Palavras-chave: Menopausa, Sexualidade, Histórias de vida, Enfermagem.

Referências bibliográficas: Ferrarotti, F. (1983). *Histoire et Histoires de Vie, la méthode biographique dans les sciences sociales*. Paris: Librairie des Méridiens. Leininger, M. (1991). *Culture Care diversity and Universality: a theory of Nursing. The theory of culture care diversity and universality*. New York: Nacional League of Nursing Press. Magalhães, M. J. (2005). *Mulheres, Espaços e Mudanças: O pensar e o fazer na educação das novas gerações*. Porto: Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação. Universidade do Porto. Tese de Doutoramento em Ciências da Educação. Meleis, A. (1997). *Theoretical Nursing: Development & Progress* (3ª Ed). Philadelphia: Lippincott.

* Escola Superior de Saúde de Viana do Castelo, Saúde Mental e Comunitária [carmindamorais2@gmail.com]

** Centro Hospitalar da Póvoa/Vila do Conde

*** Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, Ciências da Educação