

Mulheres de BH e a Sexualidade no Climatério

Ana L. Ribeiro Valadares

Ginecologista, vice-presidente do comitê de Endocrinologia e Climatério da SOGIMIG

Estudo transversal, de base populacional, com o objetivo de avaliar os fatores associados à sexualidade das mulheres brasileiras com idade entre 40 e 65 anos, com 11 anos ou mais de educação formal. Foi utilizado um questionário traduzido e adaptado culturalmente, o Short Personal Experiences Questionnaire (SPEQ), auto-respondido anonimamente por 276 mulheres residentes em Belo Horizonte, selecionadas aleatoriamente. Foram analisados: o desejo sexual, a atividade sexual, a frequência de atividades sexuais, a satisfação sexual, o orgasmo, a intensidade do desejo sexual, assim como a frequência de excitação sexual.

As mulheres com fogachos, insônia, depressão, nervosismo, estilo de vida sedentário, hipertensão, incontinência urinária, sem parceiro sexual e que tinham uma autopercepção ruim do seu estado geral apresentaram maior chance de ter escores de sexualidade abaixo da mediana. Ter parceiro sexual e sentir-se bem foram associados à melhoria da função sexual.

Os achados desta pesquisa confirmam os dados de outros estudos, realizados na Europa, Estados Unidos e Australásia (região que abrange a Austrália, a Nova Zelândia, Nova Guiné e ilhas da Indonésia), usando o mesmo instrumento (SPEQ). Mostram que a sexualidade no climatério é influenciada tanto pelos sintomas consequentes à deprivação hormonal como pelos problemas de saúde que aparecem com o processo de envelhecimento. Os fatores psicológicos, comportamentais e relacionados à existência de parceiro sexual também influenciam esta complexa interação, que é a sexualidade.

A importância da sexualidade diz respeito à intimidade, ao contato social, ao reconhecimento da atratividade e à forma de se sentir apoiada. Quando deteriorada, a sexualidade pode afetar significativamente a auto-estima e a qualidade de vida das mulheres. Mesmo a disfunção sexual de duração curta pode criar frustrações e angústia e, quando crônica, pode conduzir à ansiedade e à depressão, prejudicar relacionamentos e causar problemas em outros aspectos da vida.

Uma abordagem mais abrangente das mulheres climatéricas pelos profissionais que as assistem torna-se fundamental para a avaliação e tratamento das queixas sexuais. Uma vez que o fato de sentir-se bem pode melhorar a sexualidade sugere a necessidade de medidas objetivas, como, por exemplo, a avaliação do uso de terapia de reposição hormonal, o estímulo à prática de exercícios físicos e tratamentos adequados de doenças associadas, como a hipertensão.

A visão desta fase da vida por um ângulo positivo deve ser estimulada, já que pode ser uma oportunidade para a mulher reconsiderar seus sentimentos e avaliar medidas que possam levar à melhoria da sexualidade e satisfação com a vida.

“A sexualidade no climatério é influenciada tanto pelos sintomas conseqüentes à deprivação hormonal como pelos problemas de saúde que aparecem com o processo de envelhecimento”

Como ginecologistas, somos frequentemente os primeiros profissionais, e muitas vezes os únicos, que as mulheres procuram para relatar seus problemas. Mais ainda, sempre estabelecemos relações de muito longa duração com nossas clientes, em relação a outros especialistas. Por essa razão, o ginecologista está numa posição ideal para atender as mulheres de acordo com suas idades e necessidades, devendo manter atitude proativa e tratando as condições apresentadas.

Acreditamos que o ginecologista é o profissional ideal para o atendimento de mulheres com queixas sexuais. Infelizmente, essas ideias ainda são muito distantes da realidade atual. Investimentos devem ser feitos na habilitação desses profissionais, para que pelo menos incluam em suas consultas espaço para as mulheres esclarecerem suas dúvidas relativas à sexualidade. Com isso haverá não só melhoria significativa no relacionamento médico-paciente, bem como no bem-estar geral, inclusive do profissional.

Referência: VALADARES, A.L. et al. Sexuality in Brazilian Women aged 40 to 65 years with eleven years or more of formal education: associated factors. Menopause 2008;15:264-69.