

CONHECIMENTO DE MULHERES NO CLIMATÉRIO ACERCA DAS MUDANÇAS VOCAIS CAUSADAS APÓS A MENOPAUSA

Palavras-Chaves: Conhecimento; Voz; Climatério; Saúde da mulher; Atenção à saúde

Resumo

O climatério é o período anterior à menopausa, caracterizado por mudanças endócrinas devido ao declínio da atividade ovariana. O impacto do hipoestrogenismo sobre a laringe, que é um órgão hormônio-dependente, pode provocar alterações vocais em uma parcela significativa das mulheres. O objetivo deste estudo foi investigar o conhecimento de mulheres acerca das mudanças vocais causadas pelas mudanças endócrinas. Trata-se de um estudo observacional, tipo descritivo-exploratório, realizado com 30 mulheres usuárias das unidades básicas de saúde (UBS) de Irati/PR, com idade entre 35 e 45 anos e que não tivessem entrado na menopausa. O processo de amostragem foi probabilística, tipo aleatória. Foi aplicado um questionário, com questões abertas que contemplavam aspectos da voz e da saúde geral, nas dependências das três UBS visitadas. Os principais resultados foram: 1. A confusão entre o que pode causar alterações na voz e o que pode evitá-las, e ainda o desconhecimento de que poderia haver fatores de risco para a produção vocal, sugerido por 30% da amostra que não respondeu a questão. 2. Nenhuma referência de alteração vocal como possível consequência da menopausa, demonstrando quase total desconhecimento da relação voz X menopausa. 3. Desconhecimento de quaisquer mudanças que podem ocorrer na voz por 56,6% da amostra, indicando que as participantes não conhecem quais alterações podem ocorrer na voz e, como implicação disso, podem não observar as mesmas na sua voz. 4. Desconhecimento das formas de prevenção. Os resultados obtidos permitem concluir que o conhecimento de alterações vocais causadas pela menopausa por mulheres que estão no climatério ainda é falho, sugerindo uma urgente necessidade de realização de ações de promoção da saúde e prevenção das alterações vocais neste grupo de risco, vinculadas, preferencialmente, às políticas públicas existentes, como é o caso da Saúde da Mulher.

Introdução

A menopausa pode ser entendida como a última menstruação da mulher, costuma ocorrer entre os 48 e 51 anos de idade, porém pode ter uma variação muito grande. O climatério envolve todo o período de transformações em torno da última menstruação. O climatério é a transição para um período na vida da mulher, em que ela deixa para trás a fase reprodutiva; costuma durar entre 6 e 8 anos, antes da menopausa¹.

Antes que a mulher chegue à menopausa, mudanças ocorrem, sendo uma delas a evolução natural do organismo, que se preparou para isso. A mulher passa a menstruar esparsamente e tem uma ovulação menos freqüente. Primeiro cessam as ovulações e depois as menstruações¹.

Durante o climatério os sintomas são muitos, mas os mais comuns são a sudorese e as ondas de calor. Costumam durar meses, mas o uso de medicação pode estar ajudando no seu controle. Também podem ocorrer palpitações, dores de cabeça, irritabilidade, insônia, depressão e fadiga¹.

A laringe, por ser um órgão hormônio-dependente, de sensível funcionalidade, sofre a privação ovariana, apresentando alterações vocais, que se tornam mais acentuadas com a proximidade da senectude².

Após a menopausa ocorrem mudanças na voz, decorrentes do impacto do hipoestrogenismo sobre a laringe e que foram confirmadas pelos esfregaços das pregas vocais que se mostraram atróficos e semelhantes àqueles do colo uterino³.

Alguns estudos comentam a relação entre os achados vocais e a menopausa³, sobre os sentidos atribuídos à voz por mulheres após a menopausa. Nesse estudo, o processo vocal foi considerado motivo de atenção pessoal para uma parcela expressiva de mulheres após a menopausa, não profissionais da voz; o estudo evidenciou, também, que as alterações vocais estabelecem conflitos ou contradições na constituição da nova identidade, sugerindo, por isso, que os fatores biopsicossociais devam sempre ser considerados como importantes elementos de repercussão sobre a voz.

O objetivo deste estudo foi investigar o conhecimento de mulheres que estão no climatério acerca das alterações vocais causadas pela menopausa.

Material e Método

Trata-se de um estudo observacional, tipo descritivo-exploratório, realizado com 30 mulheres, sendo 10 de cada uma das três UBS visitadas, que foram selecionados através do processo de amostragem probabilística aleatória. Para investigar a questão desse estudo, foi aplicado um questionário, com 13 questões abertas, em entrevista nas dependências das UBS após leitura do termo de consentimento livre e esclarecido e um check-list de aspectos vocais comuns às entrevistadas. Os instrumentos aplicados abordavam questões sócio-econômicas, tais como: idade, sexo, escolaridade, ocupação, entre outras, e questões relacionadas à que contemplavam aspectos da voz e história da saúde geral. E ainda, uma relação de fatores de risco e de proteção da saúde vocal que deveriam ser assinaladas, se presentes no cotidiano das entrevistadas.

Para a análise dos dados foi realizada uma análise descritiva dos dados, com apresentação de frequência e percentual.

A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética/UNICENTRO em pesquisa com seres humanos sob protocolo nº 147/2006.

Resultados e Discussão

A maior frequência de participantes por idade foi entre 40 a 45 anos (63,33%), porém esse dado pode estar relacionado ao acaso, pois a escolha das mulheres para responderem o questionário foi realizada de forma aleatória. Quanto à ocupação das mulheres no momento da pesquisa, 43,4% eram donas de casa e semelhante valor foi encontrado para aquelas que não utilizavam a voz profissionalmente. Esses dados de perfil da amostra já apontam duas coisas: maior frequência de sintomas característicos da menopausa no grupo que não trabalha fora de casa⁴ e paralelamente, um menor cuidado com a voz já que não necessitam da mesma em sua ocupação em comparação com aquelas inseridas no mercado de trabalho e, portanto, uma não-adesão às práticas fonoaudiológicas focadas na prevenção de alterações vocais. Todavia, vale ressaltar que tal hipótese não foi testada nesta pesquisa, sendo importante considerar outras variáveis (estilo de vida, quantidade de pessoas cuidadas na casa, hábitos vocais) para afirmarmos qualquer associação do uso da voz entre mulheres inseridas e não inseridas no mercado de trabalho.

Com relação aos fatores de risco na população estudada, o tabagismo foi o mais frequentemente citado (36,6%), sendo esse dado coerente com a realidade local, já que a região Sul do Brasil é a maior produtora de tabaco no país e apresenta uma maior incidência de câncer, com aumento considerável entre as mulheres nessa região no período de 1980 a 2004⁵, além de ser fator de risco para outras doenças também o é para o aparecimento da menopausa precoce⁶.

Ainda é importante ressaltar que 30% das mulheres não responderem essa questão, o que pode indicar uma falta de informação sobre os fatores prejudiciais para a produção vocal. Esse fato pode potencializar o risco de desenvolvimento de alterações vocais, já que mulheres na menopausa quando comparadas com aquelas em fase reprodutiva apresentam alta incidência desse agravo à saúde da mulher.

Outro dado que chama atenção é a não resposta por 11 participantes (36,6%) para a questão das possíveis alterações provocadas na vida da mulher em decorrência da menopausa. A pergunta que obteve maior índice de respostas em branco (56,66%) foi “quais mudanças na voz que você conhece”? Esse dado é preocupante, pois se as mulheres desconhecem as alterações na voz podem não observar quando as mesmas estão presentes na sua própria voz, principalmente, quando influenciada pela queda na produção dos hormônios e por isso também, não procurarem atendimento especializado, devido ao fato de não saber ou não perceber que tais mudanças deveriam ser tratadas.

Os resultados obtidos nesse estudo permitem concluir que o conhecimento de alterações vocais causadas pela menopausa por mulheres que estão no climatério ainda é falho, sugerindo uma urgente necessidade de realização de ações de promoção da saúde e prevenção das alterações vocais neste grupo de risco, vinculadas, preferencialmente, às políticas públicas existentes, como é o caso da Saúde da Mulher.

Referências

- ¹PINOTTI, J. A. **A mulher, conhecendo sua saúde**. Coleção saúde da mulher, 1996.
- ²MEURER, E. M. *et al.* Voz e fala no menacme e na pós-menopausa. **Rev. Bras. Saúde Mater. Infant.** Recife, v.4, n.3, jul./set. 2004.
- ³MACHADO, M. A. M. de P. ALDRIGHI, J. M. FERREIRA, L. P. Os sentidos atribuídos à voz por mulheres após a menopausa. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo, v.39, n.2, abr. 2005.
- ⁴LORENZI, D. R. S. *et al.* Fatores indicadores da sintomatologia climatérica. **Rev. Bras. Ginecol. Obstet.** Rio de Janeiro, v.27, n.1, jan. 2005.
- ⁵BRASIL. Ministério da Saúde. Jovem, mulher e tabaco. Disponível em: [HTTP://portal.saude.gov.br/portal](http://portal.saude.gov.br/portal). Acessado em: outubro de 2007.
- ⁶ALDRIGHI, J.M. *et al.* Tabagismo e antecipação da idade da menopausa. **Rev. Da Associação Médica Brasileira**. São Paulo, v. 51, n.1, jan./fev., 2005.