



CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA
FACULDADE DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO E SAÚDE
BACHARELADO EM ENFERMAGEM

ATRYCIA DA SILVA OLIVEIRA

**INCONTINÊNCIA URINÁRIA E CLIMATÉRIO: UMA REVISÃO
INTEGRATIVA**

Trabalho de conclusão de curso, apresentado em
forma de artigo científico, como requisito parcial
para conclusão do Bacharelado em Enfermagem sob
orientação da Prof. Dr. Renata de Paula Faria Rocha.

**BRASÍLIA- DF
2023**

Incontinência urinária e climatério: uma revisão integrativa

Atrycia da Silva Oliveira¹
Renata de Paula Faria Rocha²

Resumo

Introdução: O climatério juntamente com a incontinência urinária, determina um momento em que a mulher sofre diversas alterações em seu corpo e que, inevitavelmente refletem no seu cotidiano, podendo alterar negativamente a sua qualidade de vida. **Objetivo:** Analisar a realidade de uma mulher submetida ao período climatérico e com incontinência urinária e quais as possíveis condutas do enfermeiro. **Metodologia:** Trata-se de um estudo bibliográfico, descritivo do tipo revisão integrativa e abordagem qualitativa, nas bases de dados Scielo, LILACS, BDNF e MEDLINE. **Resultados e Discussão:** Foram lidos na íntegra 9 artigos, e logo após a análise integral dos artigos selecionados, foram estabelecidas 3 categorias para discussão, “A realidade da mulher no período climatérico”, “O impacto negativo na qualidade de vida das mulheres no climatério com IU” e “Abordagem e conduta profissional adequada”. **Conclusão:** Os enfermeiros possuem um papel fundamental para a promoção da saúde e melhoria na qualidade de vida de mulheres portadoras de IU e que encontram-se no climatério.

Palavras-chave: Saúde das Mulheres, Incontinência Urinária e Cuidados de Enfermagem.

Abstract

Introduction: The climacteric, together with urinary incontinence, determines a moment in which a woman undergoes several changes in her body that inevitably affect her daily life and can negatively alter her quality of life. **Objective:** To analyze the reality of a woman undergoing the climacteric period and with urinary incontinence and what are the possible actions of the nurse. **Methodology:** This is a bibliographical, descriptive study with an integrative review and a qualitative approach, in the Scielo, LILACS, BDNF and MEDLINE databases. **Results and Discussion:** 9 articles were read in full, and immediately after the full analysis of the selected articles, 3 categories were established for discussion, “The reality of women during the climacteric period”, “The negative impact on the quality of life of women during the climacteric period with UI” and “Appropriate professional approach and conduct”. **Conclusion:** Nurses play a fundamental role in promoting health and improving the quality of life of women with UI who are in the menopause.

Keywords: Women's Health, Urinary Incontinence and Nursing Care.

¹Acadêmico de Enfermagem do CEUB

²Professora Doutora do CEUB

1 INTRODUÇÃO

O climatério é o período em que as mulheres transitam da fase produtiva para a fase pós-menopausa, normalmente ocorrendo entre 45 e 65 anos de idade. Durante o climatério ocorrem diversas mudanças no organismo feminino, podendo ocasionar a incontinência urinária, acarretando uma qualidade de vida diminuída para aquelas mulheres que não realizam a manutenção necessária da sua saúde e não possuem uma oferta eficiente do conhecimento de cuidados, pelos profissionais da saúde (Arruda; Campos; Braz, 2018).

Climatério é uma etapa de mudanças fisiológicas que corresponde ao último ciclo menstrual da mulher, indicando profunda vulnerabilidade expondo uma sintomatologia tanto física quanto emocional, além do impacto por fatores sociais. Mesmo sendo uma fase natural ao envelhecimento, pode manifestar alterações em diferentes amplitudes, dentre essas, as quedas hormonais de estrogênio, que ocasionam sinais vasomotores, alterações urogenitais, entre outras modificações. Apresentando sintomas como fogachos, sudorese, calafrios, palpitações, cefaleia, tontura, fadiga, insônia, dificuldade de concentração e memória, irritabilidade, diminuição da libido, ressecamento e atrofia vaginal, baixa autoestima e humor alterado. Quanto às manifestações observadas no sistema urogenital, destaca-se o enfraquecimento do músculo do assoalho pélvico (MAP), podendo resultar na manifestação de incontinência urinária (IU) (Carvalho *et al.*, 2023).

A Incontinência Urinária é definida pela Sociedade Internacional de Continência (ICS) como qualquer perda involuntária de urina. Essa condição pode ser definida de forma geral em três categorias principais: Incontinência Urinária de Esforço (IUE), que ocorre quando há perda de urina involuntária durante atividades físicas ou esportivas; Incontinência Urinária de Urgência (IUU), que envolve perda de urina involuntária associada a uma necessidade imediata de urinar; e Incontinência Urinária Mista (IUM), que se refere a casos em que ocorre a queixa de perda de urina associada tanto à urgência quanto ao esforço. Entretanto, a IU possui maior prevalência em mulheres, aumentando sequencialmente com a idade, decorrente das alterações fisiológicas da fase climatérica (Arruda; Campos; Braz, 2018).

Segundo as informações do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, em 2018 a

expectativa de vida feminina era de 76,3 anos, o que significa que atualmente as mulheres vivem mais de duas décadas após o climatério. Tendo em vista esse aumento da longevidade, as mulheres passam a dedicar suas vidas a esse período específico. Muitas delas continuam ativas no mercado de trabalho e/ou enfrentam mudanças significativas em seu papel na sociedade, além de lidar com questões relacionadas à sua imagem corporal. Isso resulta em uma demanda crescente por serviços de saúde e destaca a importância da capacitação dos profissionais de saúde para fornecer assistência adequada e satisfatória às necessidades dessas mulheres (Carvalho *et al.*, 2023).

Os serviços de saúde, com destaque para a Atenção Primária à Saúde (APS), desempenham um papel fundamental na promoção de uma abordagem abrangente da saúde das mulheres durante o climatério. Isso envolve a implementação de ações profissionais que visam reduzir os impactos das alterações que podem ocorrer durante o período climatérico, com o objetivo de proporcionar uma vivência mais saudável e digna (Carvalho *et al.*, 2023).

Dentro do âmbito da APS, considerado o nível de atenção mais protegido para atender às necessidades das mulheres no climatério, os enfermeiros desempenham um papel crucial na prestação de assistência a essas mulheres. Durante o processo de enfermagem, os enfermeiros identificam as necessidades, priorizam os diagnósticos, elaboram um plano de cuidados e executam intervenções para garantir um atendimento completo às mulheres durante o climatério. Além disso, as consultas de enfermagem oferecem uma chance para uma escuta cuidadosa e o fornecimento de orientações que capacitam as mulheres a ganharem mais autonomia e aprimorar sua qualidade de vida (Carvalho *et al.*, 2023).

Nesse sentido, as considerações apresentadas sobre a incontinência urinária paralelo a mulheres passando pelo período climatério é uma temática necessitada de aprimoramento, pois se trata de uma fase que pode levar a diminuição da qualidade de vida da mulher em alguns aspectos. E o enfermeiro tem como responsabilidade primordial o cuidado e assistência ao paciente. Dessa maneira, é imprescindível que esses profissionais da saúde tenham uma base de dados para estudo e pesquisas para oferecer o melhor e mais qualificado atendimento.

De acordo com o que foi analisado, surgiu como questão de pesquisa: Qual a

realidade de uma mulher no período climatérico com a incontinência urinária e quais as condutas do enfermeiro visando melhorar a qualidade de vida da paciente?

Com o propósito de solucionar a problemática, este estudo objetivou identificar na literatura qual a verdadeira vivência de uma mulher que passa pelo climatério, adquirindo uma incontinência urinária e o que o profissional da saúde pode contribuir para a melhoria da qualidade de vida dessas mulheres.

2 METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa, onde propõem-se um método de pesquisa que envolve uma análise crítica e uma síntese de estudos com abordagem qualitativa em uma determinada área, com o objetivo de orientar a aplicação prática com embasamento científico. Este processo permite a seleção e avaliação de múltiplas pesquisas publicadas, permitindo assim a obtenção de uma visão abrangente do conhecimento em um determinado assunto. Além disso, a revisão integrativa destaca lacunas no conhecimento já existente, identificando áreas que carecem de investigação adicional. Este método de pesquisa permite a síntese de múltiplos estudos publicados e possibilita conclusões gerais a respeito de uma particular área de estudo (Mendes; Silveira; Galvão, 2008).

Na construção deste estudo em formato de revisão integrativa, foram apresentados seis procedimentos, conforme orientações fornecidas por Mendes, Silveira e Galvão (2008). Estas etapas englobam a formulação da questão central, a escolha dos estudos e dos critérios para inclusão e exclusão, a categorização dos estudos, a análise dos estudos selecionados para a elaboração da revisão integrativa, a abordagem e discussão dos resultados realizados e a conclusão com a apresentação da revisão integrativa.

Como questão central dessa determinada revisão, foi estabelecida a seguinte pergunta norteadora: Qual a realidade de uma mulher no período climatérico se deparando com a incontinência urinária e quais as condutas do enfermeiro visando melhorar a qualidade de vida da paciente? A pesquisa bibliográfica foi conduzida com base na literatura científica disponível nas seguintes bases de dados: Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Banco de Dados em

Enfermagem (BDENF), Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE) e Biblioteca Eletrônica Científica Online (SciELO). Os descritores em ciências da saúde (DECS) utilizados para essa pesquisa incluíram "Saúde das Mulheres", "Incontinência Urinária" e "Cuidados de Enfermagem".

No que diz respeito à contextualização e à delimitação das análises, foi previsto como estratégia a consideração de artigos publicados a partir de 2013. Os critérios de inclusão adotados para conduzir esta revisão integrativa englobaram a seleção de artigos redigidos em português ou inglês, que estão disponíveis integralmente, bem como foram publicados e registrados nas bases de dados escolhidas nos últimos 5 anos, compreendendo o intervalo de 2013 a 2023. Foram excluídos da análise os artigos que se repetiam em diferentes bases de dados, aqueles que não abordavam de forma direta a questão norteadora e aqueles que não se relacionavam com o objetivo do estudo.

Neste estudo, a avaliação do nível de evidência seguiu a classificação exigida pelo Joanna Briggs Institute (JBI), da seguinte forma: Nível I: Foram consideradas as evidências provenientes de revisões sistemáticas que contenham exclusivamente ensaios clínicos controlados. Nível II: A evidência foi baseada em, pelo menos, um ensaio clínico controlado. Nível III.1: Foram utilizadas evidências provenientes de ensaios clínicos controlados bem delineados, que não fossem aleatórios. Nível III.2: A avaliação se apoiou em estudos de coorte bem delineados ou em estudos de caso-controle, que são estudos analíticos. Nível III.3: Foram consideradas evidências provenientes de séries temporais diversas, independentemente de possuírem intervenção, bem como resultados impactantes em experimentos não controlados. Nível IV: Foram levados em conta pareceres de autoridades respeitadas, embasados em critérios clínicos e experiência, bem como estudos descritivos ou relatórios de comitês de especialistas (Karino; Felli, 2012).

No processo de seleção e análise dos artigos, a primeira etapa envolveu a avaliação dos títulos e resumos, seguida da leitura na íntegra dos artigos selecionados. Para obter as informações mais relevantes dos artigos, utilizou-se um instrumento de coleta de dados que abrangia os seguintes itens: identificação do artigo, título, autor(es), ano e fonte de publicação, objetivo da pesquisa, tipo de pesquisa, método de coleta e análise de dados, principais resultados, discussão e conclusões. Esse instrumento teve como propósito a organização sistemática das

informações, destacando as principais ideias e dados cruciais, facilitando uma análise aprofundada.

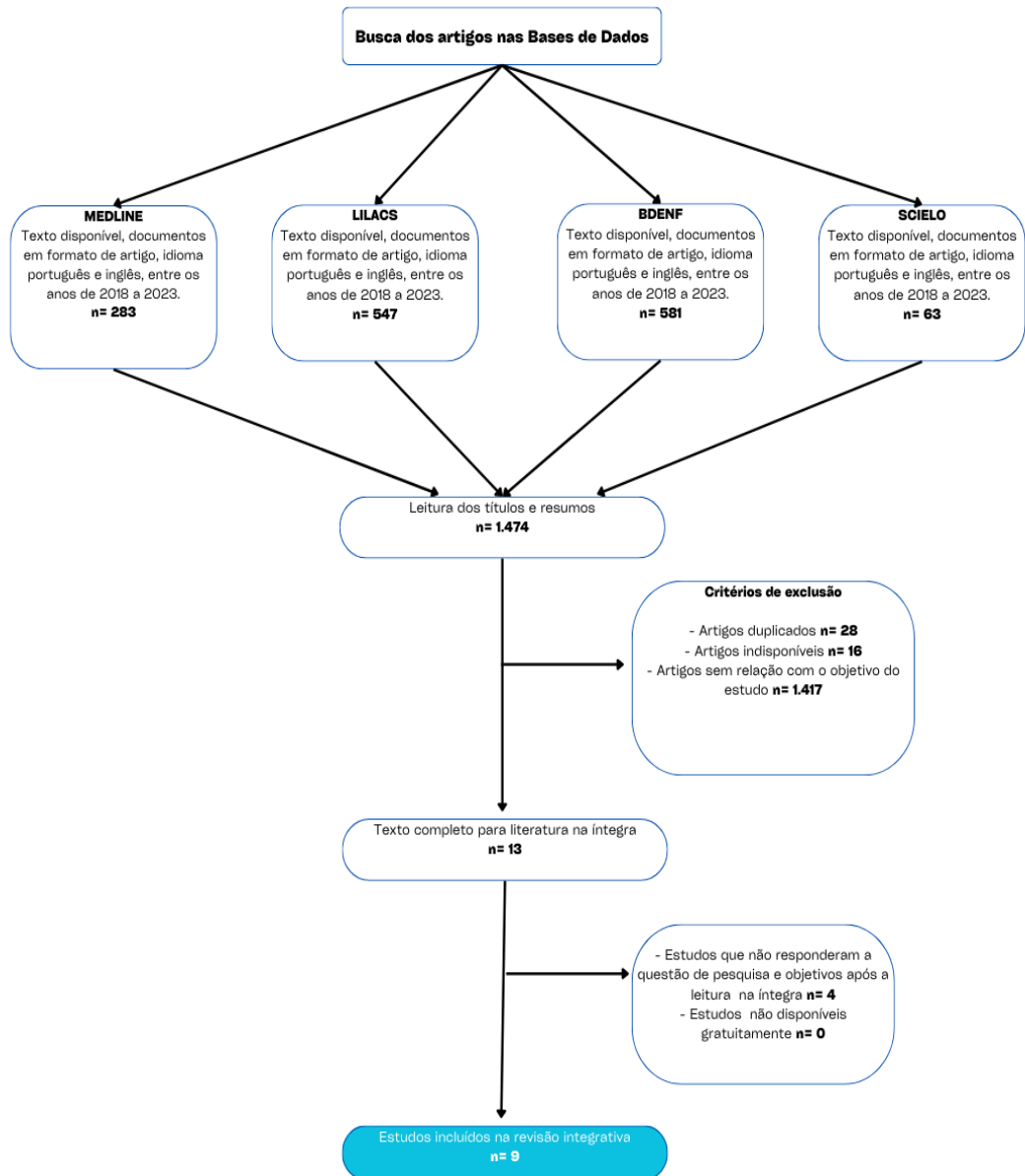
Uma leitura cuidadosa e revisões posteriores dos materiais encontrados foram realizadas com base em palavras-chave e semelhança de temas, expandindo identificando aspectos comuns e destacando as diferenças, enriquecendo assim o conteúdo do trabalho. Em seguida, os dados foram agrupados em categorias com base nas semelhanças e diferenças encontradas, permitindo uma organização mais clara das informações.

A análise dos dados coletados priorizou a qualidade metodológica, o nível de evidência e a relevância dos resultados com o objetivo de compreender a experiência de mulheres durante o período climatérico, em particular, aquelas que enfrentam a incontinência urinária, e examinar as potenciais ações do enfermeiro. Posteriormente foram apresentadas e discutidas as categorias temáticas que se manifestaram a partir da análise.

3 RESULTADOS

A seleção dos artigos pode ser representada através do fluxograma representado na figura 1.

Figura 1: Fluxograma



Fonte: Elaboração própria.

Foram analisados 9 artigos na íntegra, que estão representados no quadro 1.

Quadro 1: Distribuição dos artigos selecionados segundo base de dados, autor/ano/periódico, título, tipo de estudo e principais achados.

BASE DE DADOS	AUTOR/AN O/ PERIÓDICO	TÍTULO	TIPO DE ESTUDO	ANÁLISE DE QUALIDADE (JBI)	PRINCIPAIS ACHADOS
1. Scielo	Moser, A. D. L, <i>et al</i> , 2022. Fisioterapia em Movimento, vol. 35.	Prevalência dos subtipos de incontinência urinária em mulheres	Estudo observacional e analítico	Nível 3E	Os achados corroboram o estudo de Knorst et al., ⁴ no qual os autores encontraram 59,7% de sua amostra com nível similar de escolaridade, e com Sacomori et al., ¹⁵ constatando que a presença de IU em mulheres com baixa escolaridade (ensino fundamental completo/incompleto) é 1,59 vezes superior à verificada em mulheres com escolaridade alta. Essas características envolvendo menor grau de instrução e ocupação informal indicam que a abordagem pelo profissional da saúde precisa ser adequada, visto que o tratamento para a IU muitas vezes envolve terapia comportamental, orientações e cuidados a serem observados no decorrer das atividades diárias, e sua eficiência depende de compreensão e interpretação adequadas das informações sobre como lidar com os sintomas que se associam a essa disfunção.
2. Scielo	Tomasi, A. V. R, <i>et al</i> , 2018. Texto Contexto Enfermagem, 2018, v. 26, n. 2	Incontinência urinária em idosas: práticas assistenciais e proposta de cuidado âmbito da atenção primária de saúde	Pesquisa qualitativa, do tipo convergente-assistencial	Nível 4A	Durante esta pesquisa foi possível observar que os fisioterapeutas e os enfermeiros apresentavam “conhecimento restrito/limitado sobre os fatores de risco para IU”. Esses depoimentos evidenciam que existia um conhecimento aparentemente difuso, mas não houve relatos sobre a importância de orientar as usuárias atendidas quanto aos cuidados, tais como: hábitos alimentares saudáveis, uso correto de medicamentos, controle das doenças crônicas, medidas para prevenir constipação, evitar o tabagismo e álcool, entre outros. Sabe-se que esses fatores de risco

					<p>poderiam prevenir e/ou minimizar os sintomas. Além disso, se as mulheres idosas fossem orientadas poderiam incorporar tais cuidados em sua rotina de autocuidado.</p> <p>Acredita-se, portanto, que a capacitação dos profissionais seja um dos caminhos para que eles consigam abordar esse assunto de forma natural, fazendo com que a paciente se sinta à vontade em falar sobre essa disfunção. Para as mulheres, a IU é considerada um tabu, provavelmente, pelo constrangimento que essa condição impõe, o que as impede de buscar tratamento.</p> <p>Em um relato de experiência, através da percepção dos profissionais de um centro de saúde, foi observado que durante uma capacitação conseguiram identificar a necessidade de assistência às pacientes, bem como desenvolver estratégias necessárias para orientar quanto ao autocuidado. Esse relato permitiu uma reflexão acerca do papel da capacitação permanente dos profissionais dos serviços de saúde, pois os possibilita atualizarem se para demandas trazidas pelos usuários, sabendo identificar e implementar os cuidados necessários aos indivíduos com IU.</p>
3. MEDLINE	Bortolini, M. A, <i>et al</i> , 2023. Nursing (Edição Brasileira), v. 26, n. 296, p. 9218–9231	A incontinência urinária nas fases de climatério e menopausa: Efeitos, Consequências e Aceitação	Pesquisa quantitativa	Nível 4A	<p>A falta de informação é uma questão a ser avaliada, mediante a realidade de cada mulher. É preciso contextualizar para entender as diferenciações entre a metodologia de trabalho desenvolvido dentro do sistema público e do sistema privado. No sistema público o tema é direcionado muito rapidamente. Já no sistema privado o assunto é mais aprofundado, mas é importante observar que, muitas vezes, a própria paciente não se enxerga naquele contexto e, por isso, não aceita trabalhá-lo/tratá-</p>

					lo. Por outro lado, há mulheres que são mais preocupadas e trazem o questionamento sobre a menopausa espontaneamente aos 40 anos, por exemplo. O profissional pode explicar que o início da menopausa varia entre os 45 ou 55 anos, passando o maior número de informação possível.
4. BDEF	Oliveira, L. G. P, <i>et al</i> 2020. Revista Enfermagem UERJ, v. 28, p. e51896	Impacto da incontinência urinária na qualidade de vida de mulheres: revisão integrativa da literatura	Revisão integrativa	Nível 3E	Os sintomas provocados pela IU podem afetar adversamente a rotina de uma mulher. As perspectivas e as narrativas sobre o impacto dessa patologia são imprescindíveis para sua compreensão, principalmente sob o olhar de pacientes incontinentes. As mulheres percebem a IU como uma experiência negativa, desagradável e estressante, que causa sentimentos de vergonha, falta de controle, mal-estar, insegurança, sofrimento e culpa. Estudiosos relatam que as mulheres ao conviver com a perda involuntária de urina, sentem-se sujas e impuras, descrevendo essa situação como defeito ou falha delas, a ponto de experienciar culpa por serem daquela forma. Esses sentimentos podem acarretar fatores como: isolamento e exclusão social, baixa autoestima feminina, depressão, ansiedade e atraso na busca de tratamento, influenciando diretamente na QV dessas mulheres, e forçando-as a passar por mudanças de hábitos diários.
5. BDEF	Campos, P. F, <i>et al</i> 2022. Revista de Enfermagem UFSM, v.12, e41, p.1-21	Climatério e menopausa: conhecimento e condutas de enfermeiras que atuam na Atenção	Estudo descritivo exploratório, de abordagem qualitativa	Nível 4C	Percebe-se que é fundamental o acompanhamento das mulheres nesse período, a fim de identificar precocemente o desenvolvimento do quadro climatérico, atuando de forma a promover a qualidade de vida e reduzir os desconfortos decorrentes do processo. É relevante que os profissionais de saúde adotem estratégias para melhoria da qualidade de

		Primária à Saúde			<p>vida no climatério, pois as mulheres que estão vivenciando esse processo necessitam experienciar uma maior efetividade do serviço de saúde a partir de orientações e intervenções que promovam sua saúde e seu bem-estar.</p> <p>O enfermeiro, enquanto integrante da equipe multidisciplinar, é um dos responsáveis por essas demandas, e, assim, realiza a Sistematização da Assistência de Enfermagem (SAE), desenvolvida por meio do Processo de Enfermagem (PE). Com isso, durante as consultas, é possível identificar alterações de ordem física, emocional e social, e prescrever e implementar cuidados.</p>
6. BDEF	Banazeski, A. C, <i>et al</i> 2021. Revista de Enfermagem UFPE online, v. 15, n. 1	Percepções de Enfermeiros sobre a Atenção ao Climatério	Estudo qualitativo descritivo	Nível 4A	<p>Sabe-se, em relação à educação continuada, que ela instiga e determina autoconfiança no cuidado ofertado, proporcionando momentos para a manifestação de experiências e desenvolvimento pessoal, possibilitando a melhora no relacionamento interpessoal, com os usuários, família e equipe. Funciona-se, no intuito de aumentar a qualidade dos serviços prestados.</p> <p>Verifica-se que faltam estratégias específicas e projetos voltados para o grupo de mulheres climatéricas, fazendo, assim, com que muitas não procurem o serviço de saúde, pensando que, por ser uma fase já esperada, seus sintomas, como alteração do humor, sudorese e ondas de calor, são comuns, característicos e não possuem tratamento.</p>
7. LILACS	Silva, T. L, <i>et al</i> 2019. Revista Baiana de Saúde Pública, v.	O conhecimento de mulheres sobre Incontinência	Revisão sistemática	Nível 3B	<p>A IU é uma condição desagradável, que impacta negativamente sobre a qualidade de vida de uma parcela significativa e crescente da população mundial. Todavia,</p>

	43, n. 3, p. 641-652	cia Urinária e atuação da Fisioterapia: Revisão Sistemática			parece cultural a ideia de que perder urina é algo comum, o que afasta os pacientes do serviço de saúde ao ignorarem que se trata, de fato, de um problema de saúde que tem tratamento.
8. LILACS	Tomasi, A. V. R., <i>et al</i> 2020. Revista Enfermagem em Foco, v. 11, n. 1	Desafios para Enfermeiros e Fisioterapeutas assistirem mulheres idosas com Incontinência Urinária	Estudo qualitativo, do tipo exploratório descritivo	Nível 4A	<p>Este assunto poderia estar mais presente nas consultas de enfermagem e no próprio dia a dia dos demais profissionais da Estratégia de Saúde da Família (ESF) e do Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF), a prevalência de IU cada vez mais aumenta nessa população. Infelizmente, ainda existem casos que se encontram ocultos, negligenciados ou subtratados por parte dos profissionais da saúde, ocasionando efeitos negativos na qualidade de vida das pessoas afetadas, muitos profissionais consideram ser esse um problema de especialidade médica, não investigando sua ocorrência e nem buscando fazer algo pela população.</p> <p>Portanto, os resultados desta pesquisa revelam a necessidade desses profissionais aprimorem seus conhecimentos, com vistas à melhoria no cuidado, de forma integral e contínua. Verificou-se que existe necessidade de educação permanente ou uma capacitação para que os profissionais possam lidar com os desafios do envelhecimento. Para que não apenas saibam como assistir essa população, como também estejam preparados para prestar cuidado à mulher idosa com IU.</p>
9. Scielo	Silva, A. G., <i>et al</i> 2020. Revista Cogitare Enfermagem, v. 25	Incontinência Urinária em mulheres: Fatores	Estudo transversal	Nível 4B	A incontinência urinária é uma condição comum entre mulheres e, dependendo da gravidade, pode ter um impacto sério na qualidade de vida relacionada à saúde. Seu tratamento começa

		de Risco segundo Tipo e Gravidade			mediante a identificação precoce e a devida classificação por tipo e gravidade. Semelhante a outras doenças, a epidemiologia é importante para revelar os fatores de risco que mitigam ou medeiam o início e a progressão da incontinência urinária (IU). Neste estudo, realizado a partir de uma população de mulheres que procuraram o serviço urodinâmico, observou-se uma idade média de 56,2 anos, resultado que concorda com os achados de um estudo realizado, na Estratégia Saúde da Família, no interior de São Paulo.
--	--	-----------------------------------	--	--	---

Fonte: Elaboração própria.

4 DISCUSSÃO

A Incontinência Urinária possui maior prevalência em mulheres idosas, isto é, durante a fase do climatério e /ou menopausa, e devido ao quadro de IU, essas mulheres apresentam muita timidez e receio de expor suas queixas e dúvidas sobre a patologia. Além disso, percebe-se um exacerbado comodismo com os sintomas do climatério e da IU, pois revela-se através dos estudos que as mulheres encontradas nessa situação, entendem de maneira errada que tudo faz parte dessa fase da vida.

A situação da mulher fazer xixi sem autocontrole acarreta muitos estigmas, até mesmo no seu próprio ciclo social e familiar, trazendo além dos problemas físicos acometidos pelo envelhecimento, os problemas psicológicos. Desse modo, há uma exigência maior para os profissionais responsáveis pela abordagem dessas mulheres e divulgação desta temática.

Os estudos encontrados revelam perspectivas importantes em relação ao profissional da saúde e as mulheres, revelando problemáticas que necessitam ser colocadas em patamar de relevância, para que haja um maior desempenho entre profissionais e pacientes.

Após a análise efetiva dos dados encontrados, foram agrupados os conteúdos

semelhantes em que surgiram as seguintes categorias: a realidade da mulher no período climatérico, o impacto negativo na qualidade de vida das mulheres no climatério com IU e abordagem e conduta profissional adequada.

4.1 A realidade da mulher no período climatérico

Aponta-se uma escassez no conhecimento das mulheres quanto ao tema climatérico, surgindo um ponto relevante para ser avaliado, mediante a realidade de cada mulher. No contexto de oferta de saúde pública, o tema é tratado com baixa relevância e de modo muito raso, já na oferta de saúde particular o assunto é abordado de forma mais profunda. Entretanto, grande parte das mulheres na menopausa não estão preparadas para receberem esse tipo de informação, por conta da negação ao envelhecimento ou até mesmo dificuldade de se expor para a abordagem de informações (Bortoloni *et al.*, 2023).

Existem casos em que a mulher vai em busca de informações sobre a menopausa, espontaneamente sem o estímulo inicial do profissional da saúde, levando todos os seus questionamentos em relação ao tema. Então o enfermeiro fica encarregado de compartilhar seus conhecimentos sobre o período do climatério, passando a maior quantidade de informações possível (Bortoloni *et al.*, 2023).

Em referência às mudanças fisiológicas durante o climatério, os resultados indicaram uma compreensão limitada das alterações resultantes da diminuição da função ovariana, decorrente do declínio dos níveis de estrogênio e progesterona. Ocorrem alterações no hipotálamo e na hipófise, levando à desregulação na produção de hormônios como o hormônio folículo-estimulante (FSH), o hormônio luteinizante (LH) e o hormônio liberador de gonadotrofinas (GnRH), além da deficiência de progesterona, estradiol e inibina. Ao final do climatério, esses níveis tendem a diminuir, ocasionando a atrofia do epitélio vulvovaginal (Bortoloni *et al.*, 2023; Campos *et al.*, 2022).

No que diz respeito aos sinais e sintomas, destacaram-se aqueles mais frequentemente mencionados pelas mulheres, incluindo fogachos, sudorese noturna, distúrbios de humor, irritabilidade, alterações no sono, diminuição da libido, fadiga, ressecamento vaginal, cefaleia, alterações menstruais, dispareunia, e modificações no metabolismo lipídico e ósseo. Contudo, observou-se uma escassa menção por parte das entrevistadas em relação às alterações neuropsíquicas, como estados

depressivos, baixa autoestima, dificuldades na tomada de decisões, tristeza, instabilidade emocional, ansiedade, nervosismo, irritabilidade e melancolia (Campos *et al.*, 2022).

Foi mencionado no estudo de Banazeski e colaboradores (2021) que, no contexto da abordagem à mulher no climatério pelos participantes, a consulta de enfermagem é destacada como um meio importante para estabelecer um vínculo entre a mulher e o profissional, permitindo que ela compartilhe todas as suas preocupações.

4.2 O impacto negativo na qualidade de vida das mulheres no climatério com IU

A incontinência urinária é uma condição frequente em mulheres e, dependendo da sua gravidade, pode ter implicações significativas na qualidade de vida relacionada à saúde. O processo de tratamento inicia-se com a identificação precoce e a adequada classificação quanto ao tipo e à intensidade da incontinência. Tal como em outras condições de saúde, a epidemiologia desempenha um papel crucial ao revelar os fatores de risco que influenciam o início e a progressão da incontinência urinária (Silva *et al.*, 2020).

No âmbito do estudo efetuado por Silva e colaboradores (2020), com base em uma amostra de mulheres que procuraram o serviço urodinâmico, foi observada uma média de idade de 56,2 anos. Este resultado alinha-se com as descobertas de um estudo conduzido na Estratégia Saúde da Família, no interior de São Paulo. Uma revisão sistemática destaca que a idade constitui um fator de risco independente para o desenvolvimento da IU.

A incontinência urinária representa uma condição desfavorável que exerce um impacto negativo na qualidade de vida de uma parcela significativa da população global. No entanto, parece prevalecer culturalmente a noção de que a perda de urina é algo comum, levando os pacientes a se afastarem dos serviços de saúde, muitas vezes, pelo fato de não considerarem que se trata de um problema de saúde real e tratável. Entre as razões de não buscarem tratamento para IU, as mulheres relataram com maior frequência o fato de acharem normal a perda de urina, não considerarem o problema como importante, ou a circunstância em que o médico relata não haver necessidade de tratamento (Silva *et al.*, 2019).

As mulheres avaliam a IU como uma experiência negativa, estressante e perturbadora, associada a sentimentos de vergonha, falta de controle, mal-estar,

insegurança, sofrimento e culpa. Os estudos indicam que mulheres que lidam com perda involuntária de urina podem sentir-se sujas e impuras, descrevendo essa situação como um defeito pessoal (Oliveira *et al.*, 2020; Silva *et al.*, 2019).

Esses sentimentos resultam em fatores como isolamento e exclusão social, baixa autoestima feminina, depressão, ansiedade e adiamento na busca pelo tratamento, impactando diretamente na qualidade de vida dessas mulheres e obrigando-as a realizar mudanças nos hábitos diários. Dessa forma, as portadoras de IU possuem suas rotinas adversamente alteradas por conta dos sintomas e resultado do não tratamento da doença (Oliveira *et al.*, 2020).

A IU tem um impacto negativo relevante na qualidade de vida das mulheres em muitos aspectos, levando a limitações físicas, sociais, sexuais e nas atividades do dia a dia. As limitações físicas e sociais estão frequentemente ligadas ao medo ou à vergonha de perder urina em público. Isso leva as mulheres a evitarem sair de casa, participar de eventos sociais, ir à igreja, fazer compras, realizar viagens prolongadas e praticar atividades físicas, com receio de parecerem estar com a roupa molhada, com odor de urina ou pela falta de acesso a um banheiro próximo. Muitas delas só se sentem confortáveis saindo de casa quando têm a certeza de que há facilidade para usar um banheiro quando necessário (Oliveira *et al.*, 2020).

Estudos apontam que mulheres no climatério que adquirem incontinência urinária, abandonam suas atividades sexuais, principalmente com penetração, devido a escapes de urina durante a relação. E por conta desse fato, os homens também acabam acarretando problemas sexuais associados, e então muitas vezes a mulher prefere esconder a situação do seu próprio parceiro (Bortoloni *et al.*, 2023).

Percebe-se que é fundamental a assistência a essas mulheres durante esse período, tendo como objetivo identificar com antecedência o desenvolvimento do quadro climatérico, operando de maneira que promova a qualidade de vida e reduza as incomodidades decorrentes do processo (Campos *et al.*, 2022).

4.3 Abordagem e conduta profissional adequada

No contexto dos estudos realizados por Moser e colaboradores (2022), nota-se que a quantidade de mulheres com baixa escolaridade (nível fundamental completo ou incompleto) identificadas como portadoras de IU é 1,59 vezes maior do que em mulheres com um nível de escolaridade alto.

As características envolvendo o grau de instrução e ocupação informal da população feminina apontam que a abordagem realizada pelo profissional da saúde deve ser adequada, dado que o tratamento para a incontinência urinária frequentemente abrange terapia comportamental, orientações e cuidados a serem seguidos nas atividades diárias, sua eficácia depende diretamente da compreensão e interpretação adequadas das informações sobre como lidar com os sintomas associados a essa disfunção (Moser *et al.*, 2022).

A partir da pesquisa executada por Tomasi e colaboradores (2018), é possível constatar que os profissionais enfermeiros apresentam um conhecimento escasso e limitado quanto aos fatores que envolvem a IU, não sendo mencionado relatos sobre a importância de orientar as usuárias atendidas quanto a cuidados essenciais, como hábitos alimentares saudáveis, uso adequado de medicamentos, controle de doenças crônicas, medidas para prevenir a constipação, evitar o tabagismo e o consumo de álcool, entre outros. É reconhecido que esses fatores de risco têm o potencial de prevenir e/ou minimizar os sintomas.

Em um relato de experiência, com base na percepção de profissionais que trabalham em uma organização prestadora de serviços de saúde, avaliou-se que, durante uma capacitação, foi possível identificar a necessidade de assistência aos pacientes e desenvolver estratégias cabíveis para a orientação quanto ao autocuidado. Tal relato trouxe uma reflexão sobre a importância da capacitação contínua dos profissionais responsáveis pela oferta de serviços de saúde, dessa forma, aprimorando e ajustando o trabalho às demandas das usuárias que estão no processo climatérico e com IU. No contexto da educação continuada, acredita-se que essa prática estimula e reforça a autoconfiança no fornecimento de cuidados, proporcionando oportunidades para a expressão de experiências e o desenvolvimento pessoal. Isso não apenas facilita uma melhoria nas relações interpessoais com os usuários, mas também contribui para aprimorar a qualidade dos serviços oferecidos (Tomasi *et al.*, 2018; Benaseski *et al.*, 2021).

Nesse sentido, acredita-se que a capacitação dos profissionais emerge como uma estratégia fundamental para abordar essa questão de forma natural, criando um ambiente propício para que as pacientes se sintam à vontade para discutir essa disfunção (Tomasi *et al.*, 2018).

O tema sobre o climatério e IU deveria receber uma atenção mais dedicada durante as consultas de enfermagem e ser incorporado de maneira mais eficiente à rotina dos demais profissionais que atuam na oferta de serviços de saúde, especialmente devido ao aumento constante na prevalência de IU na população. Infelizmente, ainda existem casos que permanecem ocultos, negligenciados ou tratados de forma inadequada pelos profissionais de saúde, o que resulta em impactos negativos na qualidade de vida das pessoas afetadas. Alguns desses profissionais ainda veem a IU como um problema que requer especialização médica, deixando de investigar sua incidência e de adotar medidas eficazes em benefício das usuárias (Tomasi *et al.*, 2020).

5 CONCLUSÃO

A experiência de uma mulher passar pela fase do climatério é, indiscutivelmente, uma experiência ruim e que causa diversos danos em seu cotidiano. Por esse motivo é indispensável a discussão sobre essa temática que envolve a qualidade de vida e o cuidado prestado pelo enfermeiro e os demais integrantes de uma equipe multiprofissional de saúde.

Dessa forma, é possível revelar que a qualidade de vida das mulheres sofre um grande impacto negativo ao passarem pelo climatério, principalmente quando adquirem a IU. Ao agrupar os sinais e sintomas do climatério e da IU, obtemos uma série de fatores agravantes para uma má qualificação da rotina de mulheres nesse quadro.

Em contrapartida, sabe-se que existem meios que possibilitam a ampliação do conhecimento desses pacientes, quanto ao seu quadro clínico e que promovam as possíveis maneiras de melhorar sua qualidade de vida. Deixando em evidência a necessidade da boa preparação do profissional enfermeiro.

O enfermeiro possui maior evidência no quesito, interação profissional paciente, tendo maiores oportunidades de adquirir uma relação de qualidade e confiança, permitindo que a paciente consiga expor suas queixas e dúvidas sem medos ou receios.

Por conseguinte, após o conhecimento da leitura sobre a temática, conclui-se que

é necessária uma quebra de paradigmas através da capacitação contínua dos enfermeiros para a melhor oferta de cuidados necessários com as usuárias dos sistemas de saúde.

REFERÊNCIAS

ARRUDA, G. T; CAMPO, G. S; BRAZ, M. M. Incontinência urinária e disfunções sexuais em mulheres climatéricas de um grupo de promoção à saúde. **Fisioterapia Brasil**, v. 19, n. 3, p. 324-328, 2018. Disponível em https://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/10/947208/incontinencia-urinaria-e-disfuncoes-sexuais-em-mulheres-climate_3vGQWQ1.pdf . Acesso em Set. 2023.

BANAZESKI, A. C, *et al.* Percepções de Enfermeiros sobre a Atenção ao Climatério. **Enfermagem UFPE online**, v. 15, n. 1, e245748, 2021. DOI: 10.5205/1981-8963.2021.245748.

BRASIL, Ministério da Saúde, **Biblioteca Virtual em Saúde**. Climatério. Recife, dezembro de 2009. Disponível em <https://bvsmis.saude.gov.br/climaterio/>. Acesso em Set. 2023.

BORTOLINI, M. A, *et al.* A incontinência urinária nas fases de climatério e menopausa: Efeitos, Consequências e Aceitação. **Nursing**, v. 26, n. 296, p. 9218–9231, 2023. DOI: 10.36489/nursing.2023v26i296p9218-9231.

CARVALHO, M. N *et al.* Assistência de enfermagem às mulheres no climatério na atenção primária à saúde: revisão integrativa. **Arq. ciências saúde UNIPAR**, v.27, n.5, p.3151-3167 2023. Disponível em <https://ojs.revistasunipar.com.br/index.php/saude/article/view/9957/4748>. Acesso em Set. 2023.

CAMPOS, P. F, *et al.* Climatério e menopausa: conhecimento e condutas de enfermeiras que atuam na Atenção Primária à Saúde. **Enfermagem UFSM**, v.12, e. 41, p.1-21, 2022. DOI: <https://doi.org/10.5902/2179769268637>.

KARINO, M. E, FELLI, V. E. A. Enfermagem baseada em evidências: avanços e inovações em revisões sistemáticas. **Ciência, Cuidado e Saúde**, v. 11, n. 5, p. 011-015. DOI: 10.4025/ciencucidsaude.v10i5.1704.

MENDES, K. D. S, SILVEIRA, R. C. C. P, GALVÃO, C. M. Revisão integrativa: métodos de pesquisa para incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto Contexto Enfermagem**, Florianópolis, v. 17, n. 4, 758-764, 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tce/a/XzFkq6tjWs4wHNqNjKJLkXQ/?format=pdf&lang=pt> . Acesso em Set. 2023.

MOSER, A. D. L, *et al.* **Prevalência dos subtipos de incontinência urinária e mulheres.** *Fisioterapia em Movimento*, 2022, v. 35, Ed Esp, e356012.0 DOI: 10.1590/fm.2022.356012.0

OLIVEIRA, L. G. P, *et al.* Impacto da incontinência urinária na qualidade de vida de mulheres: revisão integrativa da literatura. **Enfermagem UERJ**, v. 28, p. e51896, 2020. DOI: 10.12957/reuerj.2020.51896.

TOMASI, A. V. R, *et al.* Incontinência Urinária em Idosas: Práticas Assistenciais e Proposta de Cuidado Âmbito da Atenção Primária de Saúde. **Contexto Enfermagem**, v. 26, n. 2, p. e6800015, 2018. Disponível em <https://www.scielo.br/j/tce/a/vds4bHpMbfvP3q7zpgsYkQD/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em Ago. 2023.

SILVA, T. L, *et al.* O conhecimento de mulheres sobre Incontinência Urinária e atuação da Fisioterapia: Revisão Sistemática. **Revista Baiana de Saúde Pública**, v. 43, n. 3, p. 641-652, 2019. DOI: 10.22278/2318-2660.

SILVA, A. G, *et al.* Incontinência Urinária em mulheres: Fatores de Risco segundo Tipo e Gravidade. **Cogitare Enfermagem**, v. 25, e68514, 2020. DOI: <http://dx.doi.org/10.5380/ce.v25i0.68514>.

TOMASI, A. V. R *et al.* Desafios para Enfermeiros e Fisioterapeutas assistirem mulheres idosas com Incontinência Urinária. **Enfermagem em Foco**, v. 11, n. 1, p. 87-92, 2020. Disponível em <http://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/2650/709>. Acesso em Nov. 2023.