



Circunferência abdominal e qualidade de vida em mulheres climatéricas

Silvan Márcio de Oliveira, Ronilson Ferreira Freitas, José Ronivon Fonseca, Débora Ribeiro Vieira, Vivianne Margareth Chaves Pereira Reis, Betânia Maria Araújo Passos Ogando, Josiane Santos Brant Rocha

Introdução

O envelhecimento pode ser conceituado como um processo dinâmico e progressivo, responsável por induzir importantes modificações no organismo [1]. Durante essa fase ocorre a transição do período reprodutivo para o não reprodutivo, caracterizando o climatério, que se inicia por volta dos 40 anos e termine na senescência, ou seja, em torno dos 65 anos [2].

Essa fase é caracterizada por diversas alterações denominadas de síndrome da menopausa ou do climatério [3], que influenciam de forma negativa a qualidade de vida das mulheres e compreendem alterações na composição corporal, como, redução da massa magra e possíveis redistribuições da adiposidade corporal [4,5], passando de um perfil ginoide para o androide, sugerindo uma à maior prevalência de diabetes, doenças cardiovasculares e hipertensão arterial[6].

Neste sentido, sabe-se que o aumento dos ganhos da adiposidade abdominal em decorrência das mudanças no estilo de vida da mulher [5], associado à carência de políticas públicas de saúde para esse público, poderá comprometer a qualidade de vida da mulher no climatério [6], sendo importante a realização de estudos que contribuam para direcionar um atendimento diferencial para essa população na atenção primária. A presente investigação procurou comparar a qualidade de vida de mulheres climatéricas com os valores da circunferência abdominal.

Material e métodos

Foram recrutadas 626 mulheres com faixa etária entre 40 e 65 anos, que não faziam uso de terapia de reposição hormonal e se encontravam aguardando atendimento médico nas Estratégias de Saúde da Família da cidade de Montes Claros, norte do estado de Minas Gerais, Brasil. Todas foram informadas sobre os procedimentos e suas implicações, e confirmaram a sua participação assinando o termo de consentimento livre e esclarecido.

As mulheres elegíveis que se encontravam esperando atendimento médico foram convidadas individualmente a participar do estudo. Após esclarecimento sobre os objetivos e os procedimentos da pesquisa, as voluntárias que desejaram participar, assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE), tendo a coleta de dados sido realizada entre junho e outubro de 2013. Inicialmente, aplicou-se o questionário a respeito das características socioeconômicas, clínicas e antropométricas, onde foi avaliada a Circunferência Abdominal (considerou-se com risco aumentado para doenças cardiovasculares mulheres com CA maior que 80 cm e risco muito aumentado as com CA maior que 88 cm).

A qualidade de vida e os sintomas do climatério foram avaliados através da Escala de Avaliação da Menopausa (*Menopause Rating Scale* – MRS), instrumento validado e reconhecido para uso no Brasil, possuindo 11 questões distribuídas em 3 domínios: sintomas somato-vegetativos (falta de ar, suores, calores; mal-estar do coração, problemas de sono; problemas musculares e nas articulações), psicológicos (estado de animo depressivo, irritabilidade, ansiedade, esgotamento físico e mental) e urogenitais (problemas sexuais, problemas de bexiga e ressecamento vaginal). A resposta de cada questão foi classificada em uma escala de severidade, variando de zero a quatro (0, ausente; 1, leve; 2, moderado; 3, severo; 4, muito severo). O escore total do MRS (variando entre 0 e 44) foi obtido através do somatório da pontuação de cada domínio, estando a maior pontuação obtida associada a uma severa sintomatologia e a uma pior qualidade de vida da mulher. A intensidade geral da sintomatologia climatérica referida foi ainda categorizada segundo a severidade dos sintomas climatéricos que compõem cada domínio: *sintomatologia ausente ou ocasional* (0-4 pontos), *leve* (5-8 pontos), *moderada* (9-15 pontos) ou *severa* (≥ 16 pontos) [7].

Os dados foram analisados com o programa SPSS (versão 20.0; Armonk, New York, USA), tendo sido considerado um nível de significância estatística de 5%. O teste *t* de Student foi utilizado na comparação dos grupos.

Resultados

A tabela 1 compara a qualidade de vida de mulheres climatéricas segundo a circunferência abdominal, apontando uma diferença significativa ($p < 0,05$) nos sintomas somato-vegetativos. O grupo de mulheres com risco muito aumentado



para a CA, apresentou piores escores de qualidade de vida (6,30), quando comparados com o grupo de mulheres sem risco (4,79).

Discussão

Evidências sugerem que a aferição da circunferência da cintura pode ser um preditor para avaliar os riscos de saúde [8,9]. Achados deste estudo, sugere que as mulheres que apresentaram uma CA com risco aumentado, obtiveram pior qualidade de vida no domínio somato-vegetativo.

Estudos científicos mostram que a obesidade da parte superior do organismo (gordura visceral), aumenta os riscos para a saúde e sugere associação a maiores riscos de resistência à insulina, diabetes, hipertensão e aterosclerose, causando doenças cardiovasculares [10].

Conclusão

Conclui-se que a qualidade de vida das mulheres climatéricas pode ser comprometida pelo aumento da circunferência abdominal. Portanto os cuidados para manter a circunferência abdominal menor que 88 cm, que incluem atividade física inclusão de hábitos saudáveis podem contribuir para melhorar a qualidade de vida de mulheres no climatério assistidas na atenção primária.

Referências

- [1] DIAS, R.; OLIVEIRA, A. T.; VESPASIANO, B. S.; NASCIMENTO, D. C.; PRESTES, J. O treinamento de força melhora os sintomas climatéricos em mulheres sedentárias na pós-menopausa. **ConScientiae Saúde**. V. 12, n. 2, 2013.
- [2] ARAÚJO, I. A.; QUEIROZ, A. B. A.; MOURA, M. A. V.; PENNA, L. H. G. Representações sociais da vida sexual de mulheres no climatério atendidas em serviços públicos de saúde. **Texto Contexto Enferm**. v. 22, n. 1, 2013.
- [3] GONÇALVES, A. K. S.; CANÁRIO, A. C. G.; CABRAL, P. U. L.; SILVA, R. A. H.; SPYRDES, M. H. C.; GIRALDO, P. C.; ELEUTÉRIO JÚNIOR, J. Impacto da atividade física na qualidade de vida de mulheres de meia idade: estudo de base populacional. **Rev Bras Ginecol Obstet**. v. 3, n. 12, 2011.
- [4] DALLANEZI, G.; NAHAS, E. A. P.; FREIRE, B. F.; NAHAS-NETO, J.; CORRENTE, J. E.; MAZETO, G. M. F. S. Qualidade de vida de mulheres com baixa massa óssea na pós-menopausa. **Rev Bras Ginecol Obstet**. v. 33, n. 3, 2011.
- [5] ROCHA, J. S. B.; OGANDO, B. M. A.; REIS, V. M. C. P.; ÁVILA, W. R. M.; CARNEIRO, A. G.; GABRIEL, R. E. C. D.; MOREIRA, M. H. R. Impacto de um programa de exercício físico na adiposidade e na condição muscular de mulheres pós-menopáusicas. **Rev. Bras. Ginecol. Obstet**. v. 34, n. 9, 2012.
- [6] LIMA, C. G.; BASILE, L. G.; SILVEIRA, J. Q.; VIEIRA, P. M.; OLIVEIRA, M. R. M. Circunferência da cintura ou abdominal ? Uma revisão crítica dos referências metodológicos. **Rev. Simbio-Logias**. v. 4, n. 6, 2011.
- [7] HEINEMANN, L. A.; POTTHOFF, P.; SCHNEIDER, H. P. International versions of the Menopause Rating Scale (MRS). **Health and Quality Life Outcomes**, v. 1, n. 28, 2003.
- [8] HERNÁNDEZ, J.; VALDÉS, M. Riesgo cardiovascular durante el climatério y la menopausia em mujeres de Santa Cruz del Norte, Cuba. **Revista Chilena de Obstetricia y Ginecología**. v. 79, n. 1, 2014.
- [9] MARTINAZZO, J.; ZEMOLIN, G. P.; SPINELLI, R. B.; ZANARDO, V. P. S.; CENI, G. C. Avaliação nutricional de mulheres no climatério atendidas em ambulatório de nutrição no norte do Rio Grande do Sul, Brasil. **Ciênc. Saúde Coletiva**. v. 18, n. 11, 2013.
- [10] Costa PRF, Assis AMO, Silva MCM, Santana MLP, Dias JC, Pinheiro SMC, Santos NS. Mudança nos parâmetros antropométricos: a influência de um programa de intervenção nutricional e exercício físico em mulheres adultas. **Cad Saude Publica** 2009; 25(8):1763-1773.



FÓRUM ENSINO • PESQUISA
EXTENSÃO • GESTÃO
FEPEG

UNIVERSIDADE: SABERES E PRÁTICAS INOVADORAS

Trabalhos científicos • Apresentações artísticas
e culturais • Debates • Minicursos e Palestras



24 a 27
setembro
Campus Universitário Professor Darcy Ribeiro

www.fepeg.unimontes.br

Tabela 1. Comparação da qualidade de vida de mulheres climatéricas segundo entre os diferentes valores da circunferência abdominal

Sintomas	Circunferência Abdominal			F	p
	Sem Risco (CA < 80 cm)	Risco Aumentado (CA > 80 cm)	Risco Muito Aumentado (CA > 88 cm)		
Sintomas Somato-Vegetativos	4,79*	5,66	6,30*	4,84	0,008
Sintomas Psicológicos	5,99	6,25	6,44	0,322	0,725
Sintomas Urogenital	2,07	2,05	2,25	0,362	0,696
MRS Geral	12,85	13,96	14,97	1,99	0,137

P>0,05 - nível de significância.