

RESPOSTAS A AUTO CUIDADO DE MULHERES BRASILEIRAS EM PERIMENOPAUSA ESTUDO PILOTO

Marli Villela Mamede **
Ana Marcia Spanó Nakano **
Marinês José V. Felipe ***
De Anne K. Hilfinger Messias ****

RESUMO – Este estudo teve como objetivo testar a validade e confiabilidade do questionário de respostas ao auto cuidado (SCRQ) em outras culturas e países além dos Estados Unidos - especificamente, foi de avaliar a possibilidade de uso do instrumento entre mulheres brasileiras em perimenopausa. Durante o processo de tradução para a língua portuguesa, algumas modificações foram realizadas no SCRQ. O instrumento traduzido foi aplicado durante entrevistas individuais - face a face - com 38 mulheres brasileiras. Os resultados da análise das respostas das mulheres mostraram que o SCRQ é confiável, culturalmente apropriado e adaptado, e assim pode ser empregado para medir padrões de respostas de auto cuidado entre mulheres brasileiras perimenopausais. Este estudo piloto demonstrou que a experiência da mulher em relação à menopausa e o conhecimento e interesse que ela tem sobre o assunto variam de pessoa para pessoa. Foram identificadas outras questões não abordadas pelo SCRQ que merecem ser investigadas, como por exemplo a quantidade e qualidade da atividade sexual durante todo o período menopausal.

ABSTRACT – Self Care Response Patterns to Brazilian Perimenopausal Women: A Pilot Study - The purpose of this investigation was to test the validity and reliability of the Self Care Response Questionnaire (SCRQ) in countries and cultures besides the United States - specifically to verify the use of the instrument among Brazilian perimenopausal woman. During the process of translating the SCRQ into Portuguese, several modifications have been made in the instrument. The Portuguese version has been applied during individual face to face interviews with 38 Brazilian Woman. The results of the analysis of the response patterns demonstrated that the SCRQ is reliable, culturally appropriate and adaptable, and therefore may be used to measure self care response patterns of Brazilian perimenopausal woman. This pilot study showed that a woman's experience in relation to the menopause and her knowledge and interest in the issue vary from one to another. Other issues not addressed by the SCRQ but that deserve further investigation were also identified - for example, the quality and quantity of sexual activity during the perimenopausal period.

1 INTRODUÇÃO

Se espera que no ano 2.000, a esperança média de vida das mulheres nos países desenvolvidos seja de 75 a 80 anos, e nos países em desenvolvimento de 65 a 70 anos. Pode-se calcular que a proporção de mulheres que chegam a 75 anos nos países em desenvolvimento, como o Brasil, se aproxime a 70%.

Nos últimos anos, de cada 3 mulheres que ultrapassar 65 anos, se espera que uma chegue a completar seus 80 anos. Se partimos do pressuposto de que a função reprodutora feminina po-

de cessar aos 50 anos, pressupõe-se que no ano 2.000 uma em cada 2 a 3 mulheres poderá esperar uma vida pós menopausa de 30 anos (WHO⁴).

Todas as mulheres que vivem mais de 55 a 60 anos e muitas que ainda com essa idade experimentam um período de transição desde sua fase biológica reprodutiva à não reprodutiva, que se caracteriza, sobretudo, pela parada das menstruações, ou, menopausa.

As repercussões, na saúde da mulher, da

* Prêmio Lais Netto dos Reis - 2º lugar - 42º Congresso Brasileiro de Enfermagem - Natal-RN. 1990

** Docente da Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto - USP

*** Enf. Secr. Saúde de Ribeirão Preto

**** Docente Coordenadora do Programa de Educação Continuada da Divisão de Enfermagem da UNICAMP

cessação da função reprodutora e as consequências que podem ter ao uso dos medicamentos destinados a tratar os sintomas acompanhantes da perimenopausa são razões adicionais para empreender esforços para melhor compreender e conhecer como os fatores biológicos, sociais, culturais e emocionais influenciam a frequência e gravidade dos sintomas perimenopausais.

Menopausa é um evento natural e biológico no ciclo de vida da mulher. Este evento tem sido pouco estudado e quando aparecem estudos sobre o tema, ele é tratado como uma doença. No Brasil, não se encontra estudos que tratam de padrões de respostas ao auto cuidado entre mulheres em perimenopausa, como também nada se encontra sobre atitudes, crenças e experiências das mulheres durante este período.

Propósito

O propósito deste projeto é avaliar a validade e confiabilidade de Self Care response Questionnaire (SCRQ) entre mulheres brasileiras.

O SCRQ foi desenvolvido na University of Illinois por um grupo de docentes e estudantes de pós-graduação em saúde da mulher, e seu conteúdo está baseado na perspectiva da experiência de vida da mulher (Mc ELMURRY³).

Este estudo é parte de um projeto de pesquisa trans-cultural, que está sendo desenvolvido em diferentes países, com o objetivo de identificar e comparar padrões de respostas de auto-cuidado entre mulheres perimenopausais de várias culturas.

Nesta fase do projeto, o nosso interesse é saber:

- 1) Qual é a confiabilidade do SCRQ, com versão para a língua portuguesa, entre uma amostra de mulheres residentes no Brasil.
- 2) Qual é a validade do SCRQ de acordo com as respostas das mulheres brasileiras.

2 METODOLOGIA

Uma abordagem explanatória para coleta de dados foi usada para captar a visão das mulheres em relação a perimenopausa e seus padrões de auto-cuidado durante o período menopausal.

Foram entrevistadas 38 mulheres entre 35 a 55 anos ou mais, residentes no estado de São Paulo - Brasil. Todas as mulheres aceitaram a participar da entrevista, apesar de que nem todas estavam certas de que estavam vivenciando o estado perimenopausal.

Procedimento

As mulheres foram entrevistadas individualmente onde se buscava adquirir conhecimento sobre a experiência vivida por elas nos seus períodos perimenopausais.

Instrumento

O SCRQ tem como objetivo avaliar as atividades atuais que uma mulher realiza para auto-cuidar-se.

O questionário consiste de 41 itens, com uma escala tipo Likert de 5 pontos, aos respondentes foi pedido para indicar a frequência (1 = nunca, 2 = raramente, 3 = algumas vezes, 4 = geralmente e 5 = sempre) com que elas realizam uma particular atividade de auto-cuidado em resposta ao seu estado perimenopausal.

Tradução

Para assegurar a integridade semântica, a confiabilidade da tradução e adequabilidade do instrumento, o Self Care Response Questionnaire foi traduzido para a língua portuguesa. Foi utilizado o modelo CHAIPHIBALSARISDI¹) para a versão do questionário, cujo processo constituiu dos seguintes passos:

- a) - O questionário foi traduzido por 3 tradutores independentes, residentes no Brasil, do inglês para o português.
- b) - As três versões em português foram comparadas, analisadas e então elaborada uma outra por um revisor independente (o próprio pesquisador).
- c) - Esta nova versão em português foi dada a um outro tradutor, residente em Chicago para que realizasse a versão do português para o inglês.

Em nenhum desses passos foi encontrado dificuldade na versão.

- d) - A nova versão em inglês foi encaminhada a uma das autoras do Self Care Response Questionnaire e discutida pessoalmente com o investigador. Algumas dúvidas foram esclarecidas e então a versão final em português foi confeccionada.
- e) - Aplicado o questionário entre 10 mulheres brasileiras residentes em Chicago - USA, para analisar a consistência interna (Coeficiente Alfa de Crombach = 0,76 (MAMEDE²).

Validação Aparente e de Conteúdo

Com o objetivo de verificar se a forma como estava escrito os itens do instrumento estava clara a qualquer pessoa que o utilizasse, convidamos 7 Juízas para fazer a validade aparente e

de conteúdo do questionário. estas juízas são enfermeiras que estão aprofundando seus conhecimentos em menopausa e farão parte deste projeto trans-cultural a nível nacional.

Optou-se por reunir todas as juízas onde se distribuiu o instrumento, procedendo a leitura e discussão de cada item.

Várias sugestões foram feitas, e a partir daí passou-se à coleta de dados.

Análise dos Resultados

Foi efetuado o Cronbach Alpha Test para verificar a confiabilidade e consistência do Self Care Response Questionnaire.

Foi também calculado as médias, variâncias, frequências e porcentagens das respostas de cada item do Self Care Response Questionnaire.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Uma amostra de 38 mulheres foi selecionada para testar o Self Care Response Questionnaire. A amostra não foi suficientemente grande, mas importantes resultados preliminares sobre percepções e experiência relatados pelas mulheres foram obtidos, uma vez que todas as entrevistas foram feitas individualmente, face a face e em profundidade. As mulheres selecionadas eram residentes na cidade de Ribeirão Preto, Estado de São Paulo ou de outras cidades próximas. Estas mulheres foram contactuadas e convidadas a participar do projeto pois tínhamos informações através de colegas, amigos e de outros que elas estavam no período perimenopausal. os únicos critérios para participar era ter pelo menos 35 anos, e apresentar alguns sinal ou sintoma de perimenopausa.

As características demográficas destas 38 mulheres eram: 73,68% (28) eram casadas, 52,63% (20) tinham alta educação (nível universitário), 31,57% (12) estudaram apenas até o 1º grau, e 1 mulher nunca havia estudado. A idade das mulheres entrevistadas variou de 35 a 58 anos sendo que 65,78% (25) estavam entre 35 e 45 anos, apesar de se ter procurado incluir mulheres de diversos status sócio econômico, não se pretende generalizar o resultado deste estudo, visto que essa amostra não representa adequadamente a população da mulher brasileira nesta faixa etária. No entanto, para os objetivos que se presta este estudo testar a validade e confiabilidade do instrumento SCRQ, acreditamos que os dados obtidos sejam válidos.

Percepção do Estado Perimenopausal

A grande maioria das mulheres referiam que acreditavam estar no período perimenopausal simplesmente devido à idade. No entanto, após uma longa conversa sobre mudanças nos

seus ciclos menstruais e outros sinais e sintomas: todas elas enumeravam várias queixas como: aumento do fluxo menstrual, encurtamento do ciclo, irritabilidade, irregularidades na menstruação, nervosismo, dor de cabeça e esporadicamente calor intenso ou ondas de calor. Através das faltas das mulheres pudemos observar que elas não correlacionam tais mudanças a esse período de transição como também não aceitam abertamente estar experimentando essa fase do seu ciclo vital.

Respostas de Auto-Cuidado à Menopausa

Os resultados do SCRQ deste estudo piloto com 38 mulheres residentes no Brasil estão apresentados na tabela 1 com um coeficiente Alfa de Cronback = 0,76, como também são apresentados as médias e a variância de cada item.

A maioria das mulheres brasileiras entrevistadas - 52,63% (20) referiram que nunca se preocupam com a menopausa, e 63,15% (24) disseram que aceitam essa experiência como natural e real.

Da mesma forma um grande número de mulheres 55,26% (21) disseram que tem prestado mais atenção para arrumar-se, vestir-se. Havendo uma grande tendência entre elas - 81,57% (31) de tomarem mais cuidado com elas mesmas. A maioria das mulheres 52,63 (20) referiram que aceitam mudanças em seu corpo e um ponto extramamente positivo foi notado que 94,73% (31) das mulheres entrevistadas acreditam em si próprias e valorizam-se como pessoas.

Outro destaque observado foi que 55,26% (21) referiram que sempre mantêm-se ocupada e produtiva.

Das 38 mulheres - 28 (73,68%) referiram que sempre tem fé, cujo percentual já era esperado uma vez que o povo brasileiro concede à religião um grande valor como da mesma forma, uma característica dos povos latino-americanos, 52,63% (20) não se isolam ou afastam das pessoas.

Um outro fato que nos chamou a atenção foi que 71,05% (27) das mulheres referiram que desligam do problema, ignorando-o, o que demonstra que para esse grupo de mulheres a questão menopausa não é tão dolorosa como se supunha.

Quanto à questão de evitar situações difíceis, as respostas tendem a mostrar que as mulheres se comportam desta maneira como também foi verificado que a maioria delas 81,57% (31) disseram que buscam meios para se controlarem. E, como já era esperado, grande número de mulheres 94,73% (36) realizam trabalho doméstico, independentemente de trabalharem ou não fora do lar. Quando esta questão

foi feita todas elas riram, pois o trabalho doméstico é considerado um dos principais papéis da mulher brasileira.

Esta sobrecarga de trabalho foi demonstrada, principalmente por aquelas de classe mais baixa, quando elas disseram que procuram meios para se sentirem melhor consigo mesmas através de um banho prolongado e se permitindo repousar foram dos horários normais de sono.

Quase a totalidade das mulheres entrevistadas não bebem bebida alcoólica como também não fumam.

Como muitas ainda não conseguem reconhecer que estão num período de transição entre a fase reprodutiva para a não reprodutiva, elas não tem procurado orientação ou terapia, como também não tomam remédio por conta própria. Da mesma forma elas referiram que não se preparam para o pior.

Quanto à validação do conteúdo do questionário (SCRQ) pudemos observar que muitos itens não estão claros, ou então se tornaram difíceis para as mulheres entenderem necessitando de explicações ou exemplificações mais extensas. Como também sente-se que alguns itens se tornam repetitivos como por exemplo: item 1 - "toma vitaminas" - procura orientação, "terapia", item 25 - "melhora sua dieta" e item 7 "come".

Itens de difícil entendimento foram 7 - "come" 9 - "faz alguma coisa apenas por fazer, mesmo não estando certa de que funcionará", 11 - mantém um calendário, diário, 13 - fixa objetivos específicos, 36 - aprende a esperar o que vem pela frente.

Nos itens 39, 40 e 41 as palavras informar, suporte e aconselhar tem um significado muito próximo o que tende a ter padrões de respostas semelhantes entre si.

Como também as mulheres sentiram que os itens 15 e 34 podem ser considerados contraditórios, chegaram até mesmo a nos perguntar se o motivo destes itens era para verificar se elas estavam mentindo ou falando a verdade: dedicar-se ao trabalho e reduzir a carga de trabalho respectivamente.

Da mesma forma o item 35 - educa-se, não

tem a mesma finalidade do item 34 - procura informar-se ?

Como também foi-nos questionado quanto ao item 14 - tem "fé", se era fé em Deus, ou fé que nada de mal deveria lhe acontecer ou coisas semelhantes.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo objetivou testar a possibilidade de uso do questionário de respostas ao auto-cuidado (SCRQ) em outras culturas e países (como no Brasil) além dos Estados Unidos.

Algumas modificações foram realizadas durante o processo de tradução do instrumento para a língua portuguesa. Os resultados da análise das respostas das 38 mulheres entrevistadas, residentes no Brasil, mostraram que o mesmo é confiável e que culturalmente apropriado e adaptado pode ser usado para medir padrões de respostas de auto-cuidado entre mulheres brasileiras perimenopausais.

As entrevistas realizadas de forma individual e pessoal - face a face - mostrou que a experiência da mulher em relação à menopausa e o conhecimento e interesse que ela tem sobre o assunto varia de pessoa para pessoa e que outras questões de extrema relevância apresentadas por elas necessitam ser pesquisadas como: quantidade e qualidade da atividade sexual durante o período menopausal.

Um fato merecedor de atenção é que, apesar do número pequeno de mulheres entrevistadas, constatou-se uma frequência extremamente baixa de mulheres que referiu a enfermeira como alguém que lhe forneceu informações, conselhos ou mesmo suporte. Isto é um alerta para as enfermeiras, para que realmente possamos cumprir nosso papel na educação em saúde da mulher.

Uma rede de enfermeiras estão sendo preparadas para o desenvolvimento deste projeto a nível nacional, onde esperamos poder conhecer os padrões de resposta ao auto cuidado entre mulheres perimenopausais e verificar se há ou não diferenças no modo de lidar e se auto-cuidar durante este período entre as mulheres das diversas regiões do Brasil.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Prof^a M^a Miriam Lima da Móbrega

Enfermeira Psiquiátrica - COREN 12574

Mat. UFPB - 6593

Preto - USP (mimeografado).

- 1 CHAIPHIBALSARISDI, P. - (1987) - Process of Translation of Measurement, Self Care Response Questionnaire (SCRQ). University of Illinois at Chicago, College of Nursing (Unpublished).
- 2 MAMEDE, M.V. - (1989) - Resposta ao auto-cuidado; adaptação para a cultura brasileira entre mulheres em perimenopausa. Escola de Enfermagem de Ribeirão
- 3 Mc ELMURRY, B. WEBSTER, D. & DAN, A. - (1987) - Self Care Response Questionnaire. University of Illinois at Chicago, college of nursing (Unpublished).
- 4 WHO, - (1981), Research on the menopause, technical reports series, 670, Geneva: WHO.

TABELA 1 - Distribuição das Médias Variâncias das Respostas ao Auto-Cuidado (Self Care Response)

Item	Média (n = 38)	Variância n = (38)
01 - preocupa-se com o ocorrido	1,86842	1,21953
02 - aceita a experiência como natural	3,97368	2,39404
03 - presta mais atenção para arrumar-se	3,34211	2,38296
04 - toma vitaminas	1,60526	,97576
05 - bebe bebida alcoólica	1,78947	,85042
06 - fuma	1,78947	2,21884
07 - alimenta-se	2,94737	1,94460
08 - pensa em diferentes formas de lidar com a experiência	2,42105	1,98061
09 - faz alguma coisa apenas por fazer	2,23684	2,12812
10 - procura orientação, terapia	2,52632	1,98615
11 - mantém calendário	1,84211	2,18560
12 - permite-se chorar	3,76316	1,65443
13 - fixa objetivos específicos para ajudar a manter a situação	3,13158	2,43006
14 - tem fé	4,44737	1,24723
15 - dedica-se ao trabalho	4,05263	1,78670
16 - procura significado nesta experiência	2,81576	2,62396
17 - desliga-se do problema	3,00000	2,00000
18 - prepara-se para o pior	2,60526	2,76524
19 - expressa raiva	3,05263	2,89197
20 - aceita mudanças no seu corpo	3,23684	1,97022
21 - isola-se, afasta-se das pessoas	2,55263	2,45776
22 - acredita-se em si	4,55263	,35249
23 - toma mais cuidado consigo mesma	3,60526	1,87050
24 - mantém-se ocupada, produtiva	4,00000	2,00000
25 - melhora sua dieta	3,21053	1,69252
26 - procura prescrições médicas para se sentir melhor	2,47368	1,77562
27 - toma remédio para se sentir melhor	2,18421	1,72922
28 - aumenta sua atividade física	2,00000	1,47368
29 - aumenta atividade recreacional	2,81579	1,62396
30 - pratica atividades de conforto corporal	2,92105	2,28324
31 - evita situações difíceis como: planos futuros, reuniões, etc.	3,13158	2,58795
32 - procura meios para se controlar, por ex.: explora opções, procura opiniões, etc.	3,39474	1,76524
33 - faz trabalho doméstico	4,47368	,88089
34 - reduz carga de trabalho	2,71053	2,15305
35 - educa-se, aprende sobre o que esperar	2,86842	2,58795
36 - aprende o que esperar pela frente	2,94737	2,52355
37 - procura meios de se sentir melhor consigo mesmo	4,15789	,97507
38 - participa de grupos de apoio	1,89474	2,19945
39 - procura informar-se com alguém	3,50000	1,77632
40 - procura suporte apoio de alguém	3,34211	1,90928
41 - procura aconselhar-se com alguém	3,05263	1,83934