

AVALIAÇÃO DE QUALIDADE DE VIDA POR MEIO DO QUESTIONÁRIO WHOQOL-BREF EM MULHERES NO CLIMATÉRIO E MENOPAUSA

Valéria Nunes Jesus¹, Cristina de Matos Boaventura², Flávia Regina Nascimento Toledo³, Jéssica Garcia Jorge⁴, Heitor Bernardes Pereira Delfino⁵, Élcio Alves Guimarães⁶, Cristiana Araújo Gontijo⁷, Ana Carolina Lino Silvério⁸

RESUMO: Introdução: O climatério e a menopausa são fases naturais da vida feminina, caracterizadas por mudanças hormonais e sintomas físicos e emocionais. A qualidade de vida das mulheres durante essa transição pode ser afetada por diversos fatores, como nível de educação, prática de atividades físicas, sintomas depressivos e flutuações hormonais. O Questionário WHOQOL BREF é uma ferramenta validada e amplamente utilizada para avaliar a qualidade de vida em diferentes contextos, incluindo mulheres no climatério e menopausa. Objetivo: O objetivo do presente estudo foi avaliar a qualidade de vida de mulheres no climatério e menopausa. Metodologia: Tratou-se de uma pesquisa empírica aplicada em campo, de objetivo descritivo e abordagem quantitativa onde foi utilizado o questionário WHOQOL-BREF para avaliar a qualidade de vida de 92 mulheres no climatério e menopausa. Resultados: Nos resultados obtidos não foram identificadas correlações significativas entre a qualidade de vida, terapia de reposição hormonal, duração da menopausa e a idade das voluntárias investigadas. No entanto, foi observada uma correlação positiva entre a qualidade de vida e a prática regular de atividade física. Conclusão: Concluiu-se que as voluntárias avaliadas apresentaram uma qualidade de vida satisfatória, conforme avaliada pelo questionário WHOQOL-bref. Acredita-se que esse resultado seja atribuído à prática regular de atividade física por parte dos indivíduos investigados.

Palavras Chaves: Climatério, menopausa, qualidade de vida.

Área Temática Saúde Pública.

ABSTRACT: Introduction: The climacteric and menopause are natural phases of female life, characterized by hormonal changes and physical and emotional symptoms. Women's quality of life during this transition can be affected by several factors, such as level of education, practice of physical activities, depressive symptoms, and hormonal fluctuations. The WHOQOL-BREF Questionnaire is a validated and widely used tool to assess quality of life in different contexts, including climacteric and menopausal women. Objective: The aim of this study was to evaluate the quality of life of climacteric and menopausal women. Methodology: This was empirical research applied in the field of descriptive objective and quantitative approach where the WHOQOL-BREF questionnaire was used to assess the quality of life of 92 women in the climacteric and menopause. Results: In the results obtained in the evaluation, no significant correlations were identified between quality of life, hormone replacement therapy, duration of menopause, and the age of the investigated volunteers. However, a positive correlation was observed between quality of life and regular physical activity. Conclusion: It was concluded that the evaluated volunteers presented a satisfactory quality of life, as assessed by the WHOQOL-bref questionnaire. It is believed that this result is attributed to the regular practice of physical activity by the investigated individuals.

Keywords: Climacteric, menopause, quality of life.

¹Centro Universitário UNA Uberlândia, Uberlândia, Minas Gerais.

²Centro Universitário UNA Uberlândia, Uberlândia, Minas Gerais.

³Centro Universitário UNA Uberlândia, Uberlândia, Minas Gerais.

⁴Centro Universitário UNA Uberlândia, Uberlândia, Minas Gerais.

⁵Centro Universitário UNA Uberlândia, Uberlândia, Minas Gerais.

⁶Centro Universitário UNA Uberlândia. Uberlândia, Minas Gerais.

⁷Centro Universitário UNA Uberlândia, Uberlândia, Minas Gerais.

⁸Centro Universitário UNA Uberlândia, Uberlândia, Minas Gerais.

INTRODUÇÃO

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), o climatério é uma fase biológica e não um processo patológico, que compreende a transição entre o período reprodutivo e o não reprodutivo da mulher. Se caracteriza pelo fim das funções dos ovários e pela redução hormonal do estrogênio. Essa fase ocorre em todas as mulheres, entre seus 40 anos, chegando até os 65 anos de idade (ALBUQUERQUE et al., 2019; OMS, 2008). A menopausa é um período em que ocorre a parada completa das menstruações, uma alteração natural do corpo na mulher (SILVA et al., 2022).

O climatério e menopausa são fases que trazem as mulheres mudanças significativas, como mudanças físicas e psicológicas, ocasionando oscilações hormonais fazendo com que surjam sintomas como fogachos – ondas de calor pelo corpo – acompanhados ou não de transpiração inesperada, insônia, sintomas urogenitais e sexuais, como atrofia vaginal, sangramentos irregulares, diminuição da libido, nervosismo e depressão (SELBAC et al., 2018).

A qualidade de vida é um estado de satisfação geral que se define com a percepção que um indivíduo tem de sua posição na vida, como suas expectativas, seus objetivos, seus valores e suas preocupações, no contexto cultural e nos sistemas em que se vive de acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS). No climatério e na menopausa a qualidade de vida é influenciada por diversos fatores, como mudanças hormonais, condições socioeconômicas, saúde geral e suporte social (ALBUQUERQUE et al., 2019). Portanto, antes de qualquer intervenção, é essencialmente importante avaliar a qualidade de vida dessas mulheres em sua fase de climatério/menopausa. Esse período é extremamente delicado, quando as mudanças fisiológicas impõem adaptações físicas e psicossociais. Compreender essas interações é fundamental para o desenvolvimento de estratégias efetivas de prevenção e tratamento dos sintomas para a promoção da saúde e do bem-estar dessas mulheres (ALBUQUERQUE et al., 2019).

Existem vários instrumentos validados na literatura que tem como intuito a avaliação da qualidade de vida em várias condições. Após levantamento bibliográfico foi verificado que os principais questionários para estudo de qualidade de vida nessa população, atualmente são: WHOQOL-100; WHOQOL-bref; SF-36 e TQWL-42. O questionário WHOQOL-bref, validado em 1996, é o questionário de referência aplicado para a mensuração de pesquisa em qualidade de vida em mulheres no climatério sendo uma versão abreviada do WHOQOL-100, desenvolvido e recomendado pela OMS (ALBUQUERQUE et al., 2019). Este foi escolhido por demonstrar boa consistência interna, validade discriminante, concorrente e de conteúdo, e

confiabilidade teste-reteste. Portanto, o objetivo do presente estudo foi avaliar a qualidade de vida de mulheres no climatério e na menopausa.

METODOLOGIA

O presente estudo trata-se de uma pesquisa empírica aplicada em campo, de objetivo descritivo e abordagem quantitativa e delineamento transversal. Após aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) número 6.016.438, foi aplicado ao participante o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). A coleta de dados foi realizada no mês de maio de 2023 na Associação dos Reumáticos de Uberlândia e Região (ARUR). Foram avaliadas mulheres com idade entre 40 anos e 65 anos; que estão no período do climatério e menopausa e que assinaram o TCLE. Foram excluídas voluntárias que não estejam na fase do climatério e menopausa, questionários respondidos de forma incompleta, e que não assinaram o TCLE.

As voluntárias foram instruídas a participar de um questionário sociodemográfico que incluiu perguntas sobre sua história menstrual, sintomas experimentados ou em curso, uso de terapia hormonal, prática de atividades físicas, tabagismo e consumo de bebidas alcoólicas e o questionário WHOQOL-bref. Este questionário é formado por 26 itens. As primeiras duas questões são gerais e se referem à qualidade de vida e à satisfação com a saúde, enquanto as 24 questões restantes são específicas para cada um dos quatro domínios: físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente. As questões são respondidas numa escala de cinco pontos, que varia de "muito insatisfeito" a "muito satisfeito". O cálculo dos escores para a avaliação da qualidade de vida foi realizado separando cada domínio e cada faceta. Dessa forma, cada domínio e faceta tem seus escores com pontuações entre 0 e 100, sendo quanto maior o escore, mais positiva é a avaliação. Para o cálculo do escore, foi utilizada a seguinte pontuação de 1% até 25% foi avaliado como: qualidade de vida que necessita melhorar; o escore de 26% até 50% foi avaliado como: qualidade de vida regular; o escore de 51% até 75% foi avaliado como: boa e o escore de 76% até 100% foi avaliado como: muito boa, na qual é o ideal a ser alcançado (DE CASTRO et al., 2020).

110

RESULTADOS

Foram avaliadas 92 voluntárias que estão no período do climatério e menopausa, com idades variando entre 40 e 65 anos e média de idade de $54,21 \pm 6,6$ anos.

Com intuito de comparar a qualidade de vida entre as voluntárias que praticam atividades físicas e as que não praticam, foi utilizado o teste t independente e o nível de significância foi estabelecido em 0,05. Em relação às voluntárias que participam regularmente de atividades

físicas, constatou-se que elas representam 62 voluntárias (67,4%) da amostra, enquanto as não praticantes totalizam 30 mulheres (32,6%). Essa divisão permitiu realizar uma análise estatística acerca da qualidade de vida das mulheres, levando em consideração o nível de atividade física por meio da variável "resultados gerais". Conforme os resultados obtidos após a aplicação do teste foi evidenciado a existência de uma diferença estatisticamente significativa ($p=0,008$), revelando que as mulheres que praticam atividade física possuem uma maior qualidade de vida em relação às que não praticam.

Em relação à reposição hormonal, constatou-se que 77 voluntárias (83,7% da amostra) não fazem uso de reposição hormonal, enquanto 15 voluntárias (16,3%) fazem uso dessa terapia. Foi utilizado o teste t independente para analisar a diferença estatística entre as mulheres que realizam ou não a reposição hormonal, após a aplicação do teste verificou-se que não há evidências significativas que apontem para uma diferença estatística entre os grupos ($p=0,312$). Embora pode-se observar que a média da qualidade de vida seja ligeiramente maior nas mulheres que fazem uso da reposição hormonal (73,7) em comparação com aquelas que não fazem uso (69,9).

Em relação às médias obtidas pelas respostas ao questionário referentes aos domínios avaliados (domínio físico, domínio psicológico, domínio de relações sociais e domínio de meio ambiente) os valores máximos, valores mínimos, médias e desvios padrão dos dados em questão estão demonstrados na Tabela 1. Pode-se observar os resultados gerais, bem como as médias e desvio padrão dos diferentes domínios do questionário utilizado.

Tabela 1. Resultados dos valores máximos, mínimos, médias e desvio padrão em relação à idade, resultado geral e domínios

| | N | Mínimo | Máximo | Média | Desvio Padrão |
|---|----|--------|--------|--------|---------------|
| Idade | 92 | 40 | 65 | 54,21 | 6,639 |
| Resultado Geral | 92 | 36 | 97 | 70,576 | 13,3134 |
| Domínio Físico (questões 3,4,10,15,16,17,18) | 92 | 2 | 5 | 3,48 | 0,841 |
| Domínio Psicológico (questões 5,6,7,11,19,26) | 92 | 1,6 | 5 | 3,666 | 0,8039 |
| Domínio Relações Sociais (questões 20,21,22) | 92 | 1 | 5 | 3,43 | 0,830 |
| Domínio Meio Ambiente (questões 8,9,12,13,14,23,24,25) | 92 | 1,6 | 5 | 3,527 | 0,7116 |
| Válido N (lista) | 92 | | | | |

Legenda N = número de voluntário

Com o objetivo de investigar possíveis diferenças na qualidade de vida das voluntárias, em relação à duração do período de menopausa, foi empregado o teste t independente, utilizado

para avaliar diferenças entre dois grupos distintos. O nível de significância adotado foi estabelecido em 0,05.

Os resultados detalhados podem ser observados nas **Tabelas 2.1 e 2.2.**

estatisticamente significativa na qualidade de vida das mulheres ao compararmos o tempo transcorrido desde a menopausa ($p=0,386$). Apesar da média ser levemente superior para aquelas que possuem um período pós-menopausa mais longo, com média de 71,1 em comparação com 68,2 para aquelas com apenas 1 ano de pós-menopausa, não se pode estabelecer com confiabilidade uma diferença estatisticamente relevante entre os grupos.

Tabela 2.1. Demonstração da média e o desvio padrão das voluntárias de acordo com os 2 grupos estudados.

| | Teste de Levene para igualdade de Variâncias | | | | Teste t para igualdade de Médias | | | | |
|---------------------------------|--|-------|--------|--------|----------------------------------|-----------------|--------------------------|---|----------|
| | F | Sig. | t | df | Sig. (2-bicaudal) | Diferença Média | Diferença de erro Padrão | Intervalo de confiança 95% de diferença | |
| | | | | | | | | Mais baixo | Superior |
| Resultados Gerais | | | | | | | | | |
| Variâncias iguais assumidas | 0,383 | 0,538 | -0,870 | 90 | 0,386 | -2,9879 | 3,4334 | -9,8089 | 3,8332 |
| variâncias iguais não assumidas | | | -0,800 | 25,811 | 0,426 | -2,9879 | 3,6920 | -10,5705 | 4,6038 |

Legenda: F: Valor Sig: Significa. t: teste student df: graus de liberdade

Conforme os resultados apresentados na Tabela 2.2, não foi constatada diferença estatisticamente significativa na qualidade de vida das mulheres ao compararmos o tempo transcorrido desde a menopausa ($p=0,386$). Apesar da média ser levemente superior para aquelas que possuem um período pós-menopausa mais longo, com média de 71,1 em comparação com 68,2 para aquelas com apenas 1 ano de pós-menopausa, não se pode estabelecer com confiabilidade uma diferença estatisticamente relevante entre os grupos.

Tabela 2.2. Comparação do tempo (anos) de menopausa entre o grupo 1 e 2.

| Você se recorda da última menstruação | N | Média | Desvio Padrão | Diferença de erro padrão |
|---------------------------------------|----|--------|---------------|--------------------------|
| Resultado Geral | | | | |
| 1 | 19 | 68,205 | 14,6684 | 3,3652 |
| 2 | 73 | 71,193 | 12,9753 | 1,5186 |

Legenda N: número de voluntário

Com o intuito de analisar a existência de uma possível associação entre a qualidade de vida e a idade das voluntárias, foi aplicado o teste de correlação de Pearson. Este teste, amplamente utilizado em estudos estatísticos, permite avaliar a força e a direção da relação entre

duas variáveis contínuas. O nível de significância adotado para o estudo foi estabelecido em 0,05. Os resultados obtidos foram devidamente documentados e estão apresentados na **Tabela 3**.

Tabela 3. Comparação entre a idade e a qualidade de vida das voluntárias estudadas.

| | | Idade | Resultado Geral |
|-----------------|-----------------------|-------|-----------------|
| Idade | Correlação de Pearson | 1 | 0,157 |
| | Sig (2-cauda) | | 0,135 |
| | N | 92 | 92 |
| Resultado Geral | Correlação de Pearson | 0,157 | 1 |
| | Sig (2-cauda) | 0,135 | |
| | N | 92 | 92 |

legenda Sig: Significância N: número de voluntário

Com base na análise realizada e nos resultados apresentados na Tabela 3, constatou-se que não há evidência de correlação significativa entre a variável "resultados gerais" e a idade das voluntárias ($r= 0,157, p=0,135$).

Foi observado na presente pesquisa que a média de pontuação geral do questionário das voluntárias estudadas foi de 70,5%. Esses resultados indicam, por meio de uma análise interpretativa, que as voluntárias possuem um nível satisfatório de qualidade de vida.

DISCUSSÃO

A menopausa é um marco significativo no processo de envelhecimento feminino. Sendo o climatério um período de transição. Essa fase marca o início de uma nova etapa no ciclo vital da mulher, trazendo consigo uma série de mudanças tanto no corpo como na vida social, amorosa, sexual e familiar (SELBAC et al., 2018).

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), a qualidade de vida é “a percepção do indivíduo de sua inserção na vida, no contexto da cultura e sistemas de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações”. Envolvendo bem-estar espiritual, físico, mental, psicológico e emocional, além dos relacionamentos sociais e familiares (ALBUQUERQUE et al., 2019).

No presente estudo foram avaliadas 92 voluntárias que se encontram no período do climatério e menopausa onde a média de idade do grupo foi de $54,21 \pm 6,6$ anos, dado semelhante também foi encontrado por De Andrade et al., (2019) que utilizou em seu estudo o questionário WHOQOL-bref, em que a média de idade do grupo avaliado foi de 53,5 anos.

Ao realizar uma análise dos domínios físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente, verificou-se que as médias desses domínios foram praticamente equivalentes, indicando a ausência de diferenças significativas entre eles. No estudo conduzido por De Andrade et al., (2019), verificou-se que os domínios relacionados às relações sociais e ao meio ambiente apresentaram pontuações mais baixas em comparação aos outros domínios, com uma pontuação de 59,9 e 50,26 o que pode estar associado às dificuldades inerentes a essa nova fase do ciclo vital da mulher, que podem resultar em certa privação social.

Com base nos resultados obtidos na pesquisa, observou-se que um percentual médio de 67,4% das voluntárias, o que equivale a 62 participantes, estão envolvidas na prática regular de atividade física. Esses dados permitiram concluir que as mulheres engajadas em atividades físicas apresentam uma qualidade de vida superior. Em um estudo conduzido por De Andrade et al., (2019) que também investigou a influência da prática regular de atividade física na qualidade de vida, os resultados revelaram uma melhora significativa na qualidade de vida das participantes que adotaram essa prática de forma consistente, constatando dessa forma que a atividade física está associada à saúde psicológica, física e social e tem um impacto positivo na qualidade de vida. Albuquerque et al., (2019) também relatam que a prática de atividade física apresentou uma associação positiva, estatisticamente significativa, com a qualidade de vida das voluntárias avaliadas em todos os domínios.

114

Ao realizar uma comparação entre as voluntárias que adotam a terapia de reposição hormonal (TRH) e aquelas que não fazem uso dessa terapia, não foram observadas diferenças estatisticamente significativas entre os grupos em relação à qualidade de vida. No estudo conduzido por Albuquerque et al., (2019), foi observado que as voluntárias que não se submeteram à Terapia de Reposição Hormonal (TRH) apresentaram uma qualidade de vida inferior nos domínios físico, psíquico e meio ambiente do WHOQOL-Bref. Esses achados podem ser explicados pelo declínio dos níveis de estrogênio após a menopausa, o que resulta em uma maior intensidade dos sintomas climatéricos. Na ausência de reposição hormonal ou tratamentos específicos, esses sintomas podem se manifestar de forma mais severa, comprometendo a qualidade de vida dessas mulheres.

Em relação ao tempo decorrido desde o início da menopausa, não foram encontradas diferenças significativas na qualidade de vida das mulheres. Dados semelhantes também foram demonstrados por Albuquerque et al., (2019), que demonstraram que o período transcorrido desde a menopausa não teve impacto na melhora ou na piora da qualidade de vida geral das mulheres, no entanto, foram observadas diferenças significativas em relação à qualidade de vida

nos domínios físico, psíquico e meio ambiente entre aquelas que experimentaram seu último episódio menstrual na faixa etária de 43 a 47 anos. Albuquerque et al., (2019) relata que isto está relacionado a perda mais precoce da “proteção estrogênica”.

Ao realizar uma análise de correlação entre a qualidade de vida e a idade das voluntárias, não foi observada nenhuma correlação significativa. Albuquerque et al., (2019) constataram uma diferença significativa entre a idade das voluntárias avaliadas e sua qualidade de vida, isto se caracterizou porque na população com idade entre 40 a 49 anos o processo da falência ovariana está em seu início e, portanto, os níveis de estrogênios ainda não são baixos, o que explicaria uma menor sintomatologia em relação às demais faixas etárias, fazendo com que estas voluntárias apresentassem uma qualidade de vida mais satisfatória.

Durante o processo de coleta de dados, foi observado que o questionário WHOQOL-bref demonstrou ser facilmente aplicável, uma vez que as participantes não apresentaram dificuldades em responder às questões. A utilização deste questionário na prática clínica fisioterapêutica é de extrema importância, uma vez que o questionário WHOQOL-bref possibilita a avaliação da qualidade de vida. Essa abordagem possibilita ao fisioterapeuta tomar decisões embasadas e proativas em relação a intervenções preventivas direcionadas a esse grupo específico de indivíduos.

CONCLUSÃO

Concluiu-se que as voluntárias avaliadas apresentaram uma qualidade de vida satisfatória, conforme avaliada pelo questionário WHOQOL-bref. Acredita-se que esse resultado seja atribuído à prática regular de atividade física por parte dos indivíduos investigados.

REFERÊNCIAS

ALBUQUERQUE, G. P. M. DE et al. Quality of life in the climacteric of nurses working in primary care. *Revista brasileira de enfermagem*, v. 72, n. suppl 3, p. 154-161, 2019.

BELÉM, D. et al. Influence of overcommitment on the quality of life and on climacteric symptoms in nursing professionals. *Revista gaúcha de enfermagem*, v. 42, p. e20190374, 2021.

DE ANDRADE, R. L. et al. Avaliação da qualidade de vida de mulheres climatéricas atendidas em ambulatório especializado / Evaluation of the quality of life of climate women at a specialized ambulatory. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 2, n. 1, p. 66-90, 2019.

DE CASTRO, T. R. O. PEGORARO, V. A. AVALIAÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA DOS ACADÊMICOS DE ENFERMAGEM. Disponível em: <https://convibra.org/publicacao/get/artigo25432_20202841.pdf/>. Acesso em: 28 mar. 2023.

KLUTHCOVSKY, A. C. G. C. KLUTHCOVSKY, F. A. O WHOQOL-bref, um instrumento para avaliar qualidade de vida: uma revisão sistemática. *Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul*, v. 31, n. 3 suppl, 2009.

SELBAC, M. T. et al. Mudanças comportamentais e fisiológicas determinadas pelo ciclo biológico feminino: climatério a menopausa. *Aletheia*, v. 51, n. 1-2, p. 177-190, 2018.

SILVA, I. M. DA et al. A percepção de mulheres a respeito dos sinais e sintomas do climatério/menopausa e a sua relação com a qualidade de vida. *Research, Society and Development*, v. 11, n. 4, p. e38811427374, 21 mar. 2022.