

A IMPORTÂNCIA DAS AÇÕES EDUCATIVAS DA ENFERMAGEM NA PROMOÇÃO DE INFORMAÇÕES SOBRE O AUTOCONHECIMENTO DAS MULHERES SOBRE O CICLO MENSTRUAL

Denyse Lessa Pimenta Rodrigues¹
Maria Eduarda Ferrari Rodrigues²
Kamila Muller Beazussi³

RESUMO: O ciclo menstrual e os métodos de percepção de fertilidade são ainda pouco discutidos, tanto em círculos sociais como acadêmicos. Poucas teorias embasam esse período na saúde reprodutiva da mulher sob as vertentes e seu impacto no cotidiano de vida. Este artigo tem como finalidade compreender as questões fisiológicas da mulher acerca do autoconhecimento do ciclo menstrual e seus impactos no que tange ao cotidiano e qualidade de vida, na tentativa de compreender a importância de saber e entender o funcionamento do seu próprio corpo. Justifica-se a pesquisa pela necessidade de estudos sobre o processo educativo de enfermagem inerente à saúde da mulher quanto ao conhecimento de seu próprio corpo e fases de vida, incluindo o ciclo reprodutivo. A proposta é promover o conhecimento através do enfermeiro na tentativa de salientar questões básicas e fisiológicas do corpo feminino, e aplicar o conhecimento com base em seus conhecimentos científicos, para gerar o autoconhecimento. O estudo será baseado em uma pesquisa acerca da importância dos profissionais de enfermagem estarem atuando numa perspectiva de educação em saúde na promoção de ações educativas direcionadas a levar informações às mulheres sobre o autoconhecimento acerca do ciclo menstrual.

3342

Palavras-chave: Ciclo menstrual. Processo Educativo. Saúde da Mulher.

ABSTRACT: The menstrual cycle and fertility perception methods are still little discussed, both in social and academic circles, few theories support this period in terms of women's reproductive health and its impact on daily life. This article aims to understand women's physiological issues regarding self-knowledge of the menstrual cycle and its impacts on daily life and quality of life, in an attempt to understand the importance of knowing and understanding how your own body works. The research is justified by the need for studies on the nursing educational process inherent to women's health in terms of knowledge of their own body and life stages, including the reproductive cycle. The proposal is to promote knowledge through nurses in an attempt to highlight basic and physiological issues of the female body, and apply knowledge based on their scientific knowledge, to generate self-knowledge. The study will be based on research into the importance of nursing professionals working from a health education perspective in promoting educational actions aimed at providing information to women about self-knowledge about the menstrual cycle.

Keywords: Menstrual cycle. Educational Process. Women's Health.

¹Acadêmica do 8º período de enfermagem da UniRedentor.

²Acadêmica do 8º período de enfermagem da UniRedentor.

³ Mestre em Ensino de Ciências da Saúde e Ambiente- Unipli.

INTRODUÇÃO

A educação em saúde é algo muito importante para a qualidade de vida das pessoas, e, sendo assim, é fundamental que profissionais da área de saúde, como os enfermeiros, sejam ativos no que diz respeito à promoção de ações educativas direcionadas a fornecer informações para diversos públicos, incluindo as mulheres, devido às suas especificidades fisiológicas, como o processo envolvendo o ciclo menstrual.

No que diz respeito ao ciclo menstrual, este é um processo fisiológico natural importante que ocorre no corpo das mulheres em idade reprodutiva. É o ciclo de mudanças hormonais e físicas que ocorrem mensalmente no sistema reprodutivo feminino, resultando na ovulação e, potencialmente, na gravidez. Sendo assim, conhecer o próprio ciclo menstrual é fundamental para o bem-estar físico e emocional das mulheres, bem como para a sua saúde reprodutiva geral (LEMBRANCE, 2022).

Sobre essa temática, é importante salientar que a compreensão dos diferentes estágios do ciclo menstrual e de suas possíveis alterações pode ajudar as mulheres a identificar e tratar problemas de saúde, como disfunções hormonais, endometriose e outros problemas ginecológicos. Além disso, ter conhecimento sobre o ciclo menstrual pode ser útil para as mulheres que estão tentando engravidar ou evitar a gravidez, já que podem identificar seus dias férteis. Portanto, é importante que todas as mulheres tenham acesso a informações precisas e atualizadas sobre o ciclo menstrual e sua importância para a saúde e bem-estar geral (LEMBRANCE, 2022).

Dentro deste contexto, Fonseca (2021) argumenta que o autoconhecimento sobre o ciclo menstrual é um tema cada vez mais relevante e importante para a saúde e bem-estar feminino. Compreender o próprio ciclo menstrual, identificar seus sintomas e alterações, e aprender a interpretá-los pode ajudar as mulheres a tomar decisões informadas sobre sua saúde reprodutiva, bem como a melhorar sua qualidade de vida em geral.

O autor supracitado enfatiza ainda que, nesse processo de autoconhecimento, pode-se incluir a observação de sintomas como dores, mudanças de humor e outros sinais de alerta, além de identificar padrões de duração do ciclo menstrual e sua regularidade. Isso pode ser especialmente útil para mulheres que estão tentando engravidar ou evitar a gravidez, pois

podem identificar seus dias férteis e programar suas atividades em torno disso (FONSECA, 2021).

O que se observa nas palavras acima é que o autoconhecimento do ciclo menstrual pode ser uma forma eficaz de gerenciar a saúde e o bem-estar geral, permitindo que as mulheres reconheçam os sinais de desequilíbrio hormonal, transtornos alimentares, estresse e outros problemas de saúde. Portanto, o autoconhecimento do ciclo menstrual é fundamental para a saúde e o bem-estar feminino e deve ser incentivado e valorizado em todas as etapas da vida das mulheres.

Sendo assim, conforme o Ministério da Saúde (2013) observa, a saúde básica pode contribuir para dissipar esse assunto, fornecendo informações que favoreçam o entendimento. Toda a sociedade tem o direito de compreender as questões fisiológicas e sexuais, levando em conta as diretrizes de igualdade étnica, racial, de gênero, de orientação sexual e de geração. A saúde sexual é um tema importante a ser abordado, visando contribuir para uma melhor qualidade de vida e saúde das pessoas.

Diante do exposto, a presente pesquisa tem com justificativa um estudo relacionado à questão da educação em saúde como forma de orientações às mulheres sobre o autoconhecimento do ciclo menstrual tendo o profissional de enfermagem como promotor ações nesse sentido, uma vez que, tem-se a hipótese de que os enfermeiros seriam os profissionais adequados a atuarem em tal empreendimento por serem estes os profissionais de saúde que mais possuem contato com os pacientes e que fazem parte de equipes multidisciplinares para atendimento da população em geral.

Dessa forma, o presente artigo apresenta como objetivo geral discorrer sobre a importância dos profissionais de enfermagem atuarem numa perspectiva de educação em saúde na promoção de ações educativas direcionadas a fornecer informações às mulheres sobre o autoconhecimento do ciclo menstrual. Para atingir esse objetivo, foram estabelecidos os seguintes objetivos específicos: a) Compreender o que é educação em saúde; b) Identificar a necessidade de intervenção para a melhoria da promoção da saúde; c) Abordar a saúde reprodutiva feminina; d) Denotar a atuação da enfermagem nas ações de promoção de saúde

no ciclo reprodutivo, com ênfase no período menstrual; e) Compreender os impactos das variações hormonais na vida cotidiana das mulheres.

MATERIAIS E MÉTODOS

A metodologia utilizada neste estudo será uma pesquisa bibliográfica fundamentada em autores como Carvalho (2015), Mahl et al (2012), entre outros, a qual será “desenvolvido a partir de material já elaborado, principalmente livros e artigos científicos” (SILVA, 2014, p.23). Além disso, essa pesquisa terá um caráter descritivo e qualitativo.

No que se refere ao caráter descritivo, Silva (2014, p.22) argumenta que ela “visa efetuar a descrição de processos, mecanismos e relacionamentos existentes na realidade do fenômeno estudado, utilizando, para tanto, um conjunto de categorias ou tipos variados de classificações”. Quanto aos aspectos qualitativos estes se delineiam pelo fato de que:

Normalmente são implementadas técnicas de coleta, codificação e análise de dados, que têm como meta gerar resultados a partir dos significados dos fenômenos estudados, sem a manifestação de preocupações com a frequência com que os fenômenos se repetem no contexto do estudo (SILVA, 2014, p.20).

3345

As fontes utilizadas serão selecionadas com base em critérios de inclusão e exclusão, priorizando materiais com data publicação posterior a 2005, desde que sejam relevantes e pertinentes ao tema abordado e ao objetivo geral do estudo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados e discussões deste estudo são baseados nas informações bibliográficas provenientes dos materiais bibliográficos pesquisados, os quais, trazem cada um objetivo geral de estudo que se enquadra no tema abordado nesta pesquisa conforme observado no quadro 1.

Quadro 1. Objetivos dos artigos utilizados como base para resultados

Nº	REFERÊNCIA	TÍTULO	ANO	OBJETIVO
1	Stefanini, M. L. R.	Educação em Saúde	2004	Apresentar uma reflexão crítica, sendo que os trabalhadores da saúde precisam entender a dimensão preponderante do seu papel frente ao SUS e à sociedade.
2	CASTRO, V. P. N.	Educação Em Saúde Da Mulher: Integralidade E Empoderamento	2010	Revisar a literatura de educação em saúde e fazer um relato de

				prática de uma experiência de educação em saúde no contexto da Saúde da Mulher: Prevenção e detecção precoce do Câncer de Colo de Útero e Mama.
3	FERREIRA, S. R.; MANNARINO, L. A.; ALMEIDA, A. P.	Alterações hormonais durante o ciclo menstrual e a síndrome pré-menstrual	2018	Apresentar, além do ciclo menstrual e sintomas da síndrome pré-menstrual, os hormônios envolvidos e suas funções no corpo da mulher.
4	NUNES, I. C.	Investigação Sobre O Conhecimento Feminino Acerca De Seu Próprio Mecanismo De Controle Hormonal, Em São Gabriel/RS	2021	Investigar e estimular o conhecimento ligado ao controle hormonal feminino, referente ao ciclo menstrual e sintomas apresentados pelo público alvo durante o período pré-menstrual.
5	LEMBRANCE, A. J. M., et al.	Fisiologia Do Ciclo Menstrual Feminino E Suas Influências Hormonais.	2020	Abordar e discutir todo o mecanismo fisiológico e funcional do ciclo menstrual feminino.

Compreendendo O Ciclo Menstrual

O ciclo menstrual dura, em média, de 28 a 31 dias e é regulado por hormônios produzidos pelo corpo feminino. “Os hormônios que são produzidos pela hipófise anterior luteinizante (LH) e o folículo estimulante (FSH), além das gônadas, principalmente a progesterona e o estrogênio, que estão presentes durante todo o ciclo menstrual” (GOUVEIAJUNIOR, 2001).

De acordo com Nunes (2021), os hormônios produzidos não influenciam apenas o ciclo em si, mas todo organismo feminino, estando relacionado com o desenvolvimento do corpo.

Entre os 11 a 16 anos ocorre a menarca, que é considerada a primeira menstruação de uma adolescente. Desde o desenvolvimento fetal, as mulheres já são preparadas fisicamente para futuras gestações, ou seja, nascem com os óvulos formados, os quais serão liberados

durante os anos de vida reprodutiva da mulher. Entretanto, há outro processo chamado menopausa, que envolve a degeneração mensal dos folículos, levando ao encerramento do ciclo menstrual e da capacidade reprodutiva feminina. O ciclo menstrual é frequentemente mais oscilante entre as extremidades etárias, devido aos desajustes do amadurecimento folicular (na menarca) e à anovulação (na menopausa), que tendem a ser mais comuns nesses períodos (SANTOS, 2022).

Conforme Santos (2022), para entender as alterações no organismo feminino durante o ciclo menstrual, é indispensável a abordar a regulação dos hormônios envolvidos nesse processo. Durante a puberdade, mulheres saudáveis tendem a experimentar o aumento dos esteroides sexuais (que provêm das gônadas, do córtex da adrenal e do colesterol), o que é denominado gonodarca.

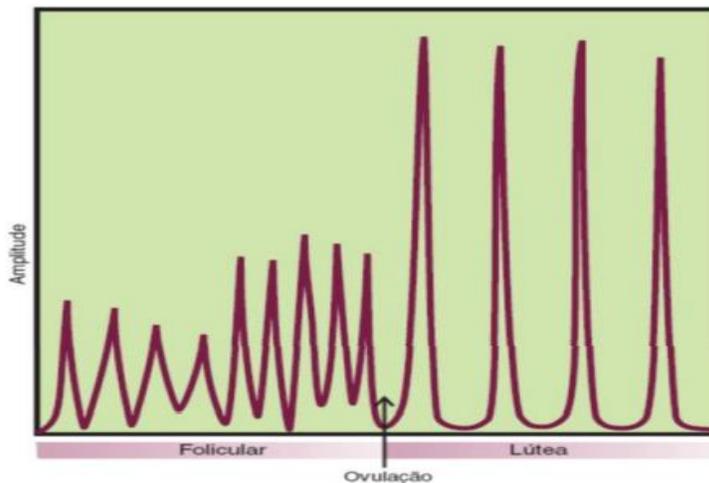
Os hormônios sexuais são representados pelo estrogênio (estradiol) e pela progesterona (progesterona), que circulam na forma livre quando não estão acoplados a proteína ligadora dos esteroides sexuais (SHBG). A liberação pulsátil dos hormônios gonadotróficos durante a puberdade, ou seja, do hormônio folículo estimulante (FSH) e luteinizante (LH), impulsiona a produção dos esteroides sexuais. A partir desse processo, torna-se possível o acontecimento da menarca, objetivando o início do ciclo menstrual e da vida reprodutiva feminina, já que os óvulos, que estavam imobilizados no estágio de folículo primordial, retomam o seu desenvolvimento com esse sistema (LEMBRANCE; MACEDO *et al.*, 2022, p. 63).

3347

Na Fase folicular ovariana, o hipotálamo é a primeira estrutura funcional do ciclo. Este componente é responsável por manter a homeostase corporal e desempenhar sua função ao produzir e secretar hormônios. “O hormônio liberador de gonadotropina (GnRH) é excretado em pulsos, o que permite a ligação adequada aos receptores em cada fase do ciclo. Na fase folicular, os pulsos são de baixa amplitude e alta frequência, enquanto na fase lútea, são de baixa frequência e alta amplitude” (Figura 1) (SANTOS *et al.*, 2022, p. 63).

No primeiro dia de cada ciclo, inicia-se a fase folicular. Durante essa fase, ocorre o crescimento de 3 a 30 folículos primário mensalmente, mas apenas um deles atinge a plena maturação e libera um óvulo com a influência do FSH (hormônio folículo-estimulante), enquanto os demais degeneram. Conforme o folículo dominante se desenvolve, ele libera hormônios, principalmente o estrogênio (FERREIRA *et al.*, 2018).

Figura 1. Secreção pulsátil do hormônio liberador de gonadotropina (GnRH) durante a fase folicular e lútea do ciclo menstrual.



Fonte: LEITE, 2019

Os hormônios exercem o controle de todo o ciclo, influenciando a indução da secreção e a maturação. Esse processo ocorre no período menstrual, que precede o período fértil. Em outras palavras, o útero da mulher é preparado por influência de hormônios para que todo o ciclo seja contínuo:

3348

O GnRH (hormônio de liberação da gonadotrofina) controla o ciclo menstrual e o ciclo ovariano, estimulando a liberação do FSH (hormônio folículo estimulante) e do LH (hormônios luteinizante). As funções destes hormônios estão descritas a seguir: FSH - induz a secreção inicial de estrógenos através dos folículos em crescimento. LH - induz a maturação dos folículos ovarianos e a secreção de estrógenos por meio destes, levando a ovulação. Ainda, estimula a formação do corpo lúteo e induz a produção de estrógenos e progesterona pelo corpo lúteo (FERREIRA *et al.*, p.2, 2018).

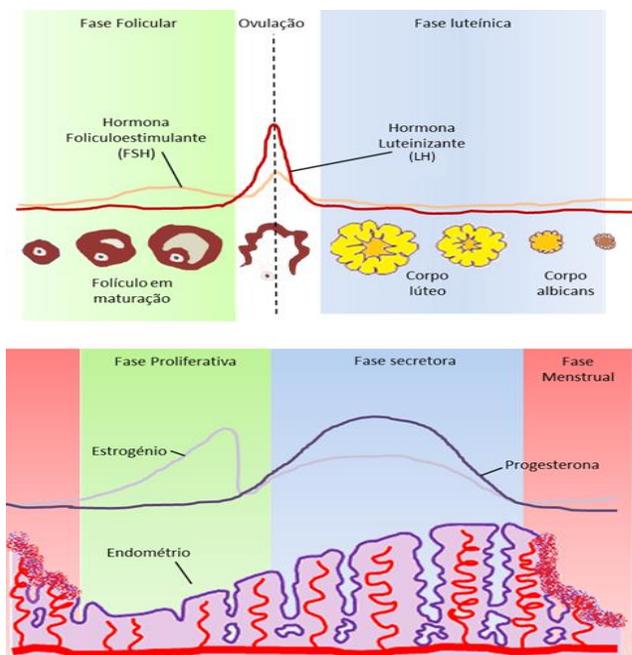
Os estrógenos secretados pelas células foliculares têm como função promover a manutenção e o desenvolvimento do órgão feminino, assim como o revestimento do endométrio. O processo de implantação de um óvulo fertilizado ocorre através da progesterona secretada pelo corpo lúteo, que atua em conjunto com os estrógenos para preparar o endométrio (RODRIGUES, 2018).

Conforme Ferreira (2018), durante a menstruação e a ovulação, os folículos secundário que tiveram seu crescimento iniciado começam a secretar inibina e estrógenos. Essa fase é

denominada pré-ovulatória. Nesse processo, ocorre o desenvolvimento do folículo, levando à maturação e ao crescimento até que ele esteja preparado para a ovulação.

Aproximadamente no 6º dia, um folículo em um dos ovários terá se desenvolvido mais que os outros e é então denominado folículo dominante e, posteriormente, o folículo maduro (ou folículo de Graaf). O folículo maduro continua aumentando seu tamanho até que esteja pronto para a ovulação.[...] Adicionalmente, o folículo dominante causa uma protuberância globular na superfície do ovário. Durante o processo de maturação final, o folículo dominante continua a aumentar sua produção de estrógenos sob influência de um nível aumentado de LH. Os estrógenos liberados no sangue pelos folículos ovarianos estimulam o endométrio no seu crescimento (2) (FERREIRA, *et al.*, p.3, 2018).

Figura 2. Mudanças hormonais, ovarianas e endometriais, e a visualização das fases do ciclo menstrual.



Fonte: NETO & SOARES, 2016

Na ovulação, ocorre a eclosão e liberação do folículo dominante, que amadureceu na tuba uterina, e esse processo ocorre entre 12 a 16 dias após o início da menstruação, contados a partir do primeiro dia da menstruação (SANTOS, 2022).

Durante o processo de eclosão, há um aumento progressivo da LH, que, após atingir um pico de concentração, estimula a ruptura do folículo e a liberação do óvulo. O óvulo liberado desce pelas trompas em direção ao útero, onde se torna suscetível à fertilização pelos espermatozoides, possibilitando uma possível gravidez (FERREIRA *et al.*, 2018).

A fase lútea ocorre entre a ovulação e a próxima menstruação. Após a eliminação do óvulo pelo folículo, forma-se o corpo lúteo, que é responsável pela liberação de progesterona para evitar a descamação do endométrio e mantê-lo íntegro para uma possível implantação. Esse período do ciclo é fixo, ou seja, tem uma duração de aproximadamente 12 a 14 dias em todas as mulheres. Quando não acontece ocorre fecundação, o corpo lúteo entra em involução e inicia a redução na secreção hormonal de progesterona (SANTOS *et al.*, 2023):

Após a ovulação, a secreção de LH induz os remanescentes do folículo maduro a formarem o corpo lúteo. Durante suas duas semanas de vida, o corpo lúteo libera quantidades crescentes de progesterona e certa quantidade de estrógenos, relaxina e inibina. Caso o ovócito secundário seja fertilizado e inicie sua divisão, o corpo lúteo persiste além de suas duas semanas de vida. Ele é mantido pelo hCG (gonadotrofina coriônica humana - hormônio produzido pelo cório do embrião), que é um hormônio indicador de gravidez (1). (LEMBRANCE, MACEDO *et al.*, p. 66, 2022).

Posteriormente a essa fase, inicia-se um novo ciclo, ou seja, cada ciclo é composto por três fases. A primeira fase é a folicular ovariana, que resumidamente compreende a menstruação e liberação de hormônios para iniciação do próximo processo. A segunda é a ovulação, que consiste na liberação dos óvulos, e nessa fase a mulher está no período fértil, conseqüentemente suscetível a engravidar. Por último, há a fase lútea, que se caracteriza pela integridade do endométrio, caso tenha ocorrido a fecundação. Se não ocorreu, após alguns dias, ocorre a descamação dessa estrutura (menstruação), iniciando assim um novo ciclo (LEMBRANCE, MACEDO, 2022).

3350

É interessante destacar que a ideia de estrutura interna e do funcionamento do corpo tem uma forte influência na forma como percebemos os eventos e as experiências corporais. Percebe-se que as mulheres possuem uma dimensão pessoal relacionada ao conhecimento do corpo. Isso indica que o significado existente da experiência corporal fica comprometido. Pois, entre elas, predominam as dimensões sociais e políticas (COSTA; GALDA, 2008).

A mulher é marcada por diversas etapas, como os ciclos de sangue, a primeira menstruação (menarca), a gravidez, o nascimento, o parto, entre outras coisas. A partir desse ponto, buscou-se compreender os significados do sangue menstrual. Com isso, percebeu-se que muitas mulheres não sabem dizer qual é o conteúdo da menstruação, pois acreditam que seja uma forma de "limpeza" do corpo, sendo o fluxo mensal constituído de impurezas, desconhecendo o funcionamento menstrual e ressaltando uma explicação baseada na

influência religiosa. Isso demonstra que a educação sexual inadequada perpetua muitos mitos. Dessa forma, foi possível constatar que as mulheres descrevem o sangue menstrual em termos de dois significados: um negativo e outro positivo. Esses significados estão, em sua maioria, relacionados ao que elas observaram ao longo de suas vidas e, posteriormente, ao processo de reconhecimento como mulher. De acordo com COSTA e GALDA (2008):

Nesse contexto, verificou-se que as mulheres descrevem o sangue menstrual com dois significados: um negativo, construído em torno da idéia de sujeira; e outro positivo, construído em torno da definição de ser mulher. As mulheres da comunidade tinham uma difícil relação com a menstruação, uma vez que para muitas o uso dos panos associa-se à sujeira, a uma região do corpo cercada de tabus e de vergonha, e, ainda, impondo inúmeras limitações. Em relação aos conhecimentos e fontes de informação sobre a menstruação, as informantes referiram que este não era assunto discutido entre mães e filhas antes de seu acontecimento. Aprendia-se pouco sobre os processos do corpo, pois não se falava ou discutia sobre o assunto. As mulheres aprenderam, apenas observando o comportamento das outras, que, com a menarca, tinham alcançado a idade adulta e podiam ser mães. (COSTA, GUALDA, p.84, 2008).

De acordo com Fonseca (2021, p.1), “aprendizagem de um método de percepção de fertilidade empodera as mulheres através do conhecimento do seu ciclo menstrual e da consciência do seu próprio corpo”. Com isso, as mulheres que têm controle e percepção sobre seu ciclo conseguem identificar questões anormais e comunicar essas informações ao médico quando necessário.

Ações De Promoção Da Enfermagem

De acordo com Santos (2008), o conceito sobre saúde reprodutiva avançou em relação às concepções anteriores, pois incorpora de forma explícita os homens nesse contexto e atribui devida importância à saúde sexual no âmbito da atenção à saúde reprodutiva. O planejamento reprodutivo é um direito sexual e reprodutivo. A atenção ao planejamento reprodutivo deve considerar o contexto de vida de cada pessoa e o direito de todos tomarem decisões sobre a reprodução sem discriminação, coerção ou violência. Portanto, a definição de planejamento reprodutivo se distancia do termo “controle de natalidade” e não se assemelha à ênfase na necessidade de limitar o crescimento populacional como forma de combater a pobreza e as desigualdades. A Atenção Básica, em especial, deve realizar o acompanhamento do crescimento e desenvolvimento, articular ações de redução da morbimortalidade por causas externas (acidentes e violências), garantir a atenção à saúde sexual e reprodutiva, incluindo o

acesso ao planejamento reprodutivo e aos insumos para a prevenção das DST/HIV/Aids, além de desenvolver ações educativas com grupos, respeitando os direitos sexuais e reprodutivos.

Segundo Santos (2008), a Atenção Básica, a atuação dos profissionais de saúde em relação ao planejamento reprodutivo envolve, principalmente, três tipos de atividades: 1. Aconselhamento; 2. Atividades educativas; 3. Atividades clínicas. O autor ainda enfatiza que o aconselhamento é um diálogo baseado em uma relação de confiança entre o profissional de saúde e o indivíduo ou casal, com o objetivo de proporcionar à pessoa as condições necessárias para avaliar suas próprias vulnerabilidades, tomar decisões sobre ter ou não filhos e escolher os recursos apropriados para concretizar suas escolhas, considerando o que seja mais adequado à sua realidade e à prática do sexo seguro. As atividades educativas são fundamentais para a qualidade da atenção prestada, visando oferecer às pessoas os conhecimentos necessários para uma escolha livre e informada. Propiciam a reflexão sobre temas relacionados à sexualidade e à reprodução. Por sua vez, as atividades clínicas, direcionadas à saúde sexual e reprodutiva, devem ser realizadas com o objetivo de promover, proteger e recuperar a saúde.

3352

Educação Em Saúde E Atenção À Mulher

Não há como discutir Educação em Saúde sem antes esclarecer os conceitos de saúde e educação em si, bem como as várias definições encontradas na literatura, fornecidas por educadores e estudiosos do assunto. A educação possui diversas definições e aplicações, que vão desde ser considerada um aparelho ideológico do Estado até um meio de adquirir cultura e promover inclusão social.

A educação pode ser compreendida como um elemento de interação social que busca ampliar as relações harmoniosas entre os indivíduos que convivem em sociedade. Ela se apresenta como uma “aventura coletiva de partilha: de afetos e sensibilidades, de conhecimentos e saberes, de expectativas e experiências, de atitudes e valores, de sentidos de vida” (ALVES, 2001, p.9). Além disso, a educação também pode ser um mecanismo pelo qual o Estado exerce sua função de formar seus cidadãos de acordo com suas necessidades, sendo

assim, um “processo pelo qual a sociedade forma seus membros à sua imagem em função de seus interesses” (PINTO, 2003, p.29).

Sobre conceito de saúde, este não é algo simples de se definir, uma vez que, ao se observar na literatura, os seus conceitos divergem em alguns casos por aderir perspectivas que evidenciam uma visão ampla e complexa do fenômeno que envolve diversos outros aspectos da vida dos sujeitos ou apenas uma concepção reducionista direcionada apenas a relação de estar ou não doente numa conjectura assistencialista e curativista (DALMOLIN et al, 2011).

Conforme mencionado pelo autor, o debate entre as concepções de saúde, seja na perspectiva ampla e complexa ou na perspectiva reducionista, transcende o campo médico e adentrar o território das discussões filosóficas, à procura de uma definição definitiva sobre o tema (DALMOLIN et al, 2011).

Para Dalmolin *et al.* (2011), as concepções de saúde estão relacionadas a determinados aspectos que dizem respeito à forma como ela é direcionada em termos de seus objetivos. O autor também ressalta que esse direcionamento está ligado à maneira como a saúde é percebida, seja na perspectiva médica ou em uma perspectiva mais ampla. O que importaria é se a visão da saúde é reducionista ou abrangente, sendo determinado por fatores como abordagem curativa, medicamentosa, humanizada ou focada no bem-estar do indivíduo.

Quanto à Educação em Saúde, Stefanini (2004, p.3) expressa sua opinião sobre o tema da seguinte maneira:

A Educação em Saúde é compreendida como processo de transformação que desenvolve a consciência crítica das pessoas a respeito de seus problemas de saúde e estimula a busca de soluções coletivas para resolvê-los. A prática educativa, assim entendida, é parte integrante da própria ação de saúde e, como tal, deve ser dinamizada em consonância com este conjunto, de modo integrado, em todos os níveis do sistema, em todas as fases do processo de organização e desenvolvimento dos serviços de saúde (STEFANINI, 2004, p.3).

De acordo com Stefanini (2004), a Educação em Saúde pode ser definida como um processo pelo qual os indivíduos são submetidos com o objetivo de conscientizá-los sobre a importância de manter práticas e hábitos saudáveis.

Fica evidente que a Educação em Saúde se apresenta como uma necessidade para que o Estado possa gerenciar políticas e ações voltadas para a manutenção da saúde pública.

Questões relacionadas à saúde pública sempre foram delicadas e requerem discussões significativas. É claro que uma população que não goza de boa saúde também não será produtiva para um país que depende de sua força de trabalho saudável (BRASIL, 2012).

Neste contexto, a elaboração de políticas públicas destinadas a promover a saúde da população é fundamental para manter o equilíbrio do Estado em relação ao bem-estar do povo e às metas de desenvolvimento almejadas pela nação, especialmente no cenário global (BRASIL, 2012).

Uma das políticas públicas implementadas é a chamada Saúde Única, que pode contribuir para o modelo de vigilância em saúde do Brasil ao possibilitar a interação de várias frentes do Sistema Único de Saúde (SUS) na orientação e combate de problemas relacionados ao adoecimento. Isso envolve diretamente aspectos nutricionais, educacionais, contágio parasitário, controle de zoonose e também a saúde da mulher.

Sobre essa questão, Castro (2010, p.11) ao abordar o assunto argumenta que a Educação em Saúde, como uma política pública direcionada à mulher:

Desenvolve as ações de promoção à saúde e prevenção de doenças, bem como a prevenção do colo de útero e mama. O enfermeiro, como membro da Equipe de Saúde da Família (ESF) deve ser capaz de desenvolver ações na Atenção à Saúde da Mulher, que visam reduzir a incidência e a mortalidade por câncer de colo de útero e mama, bem como suas consequências físicas, psíquica e social (CASTRO, 2010, p.11).

Isso significa que a Educação em Saúde, quando administrada pelo Estado por meio de seus órgãos responsáveis pela saúde pública e seus agentes, como no caso dos enfermeiros que atuam nas Equipes de Saúde da Família (ESF), pode contribuir para a melhoria da qualidade de vida das mulheres e para a prevenção de muitas doenças.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A pesquisa teve como objetivo realizar um estudo sobre a importância dos profissionais de enfermagem atuarem na perspectiva de educação em saúde, promovendo ações educativas voltadas para a conscientização das mulheres sobre o autoconhecimento do ciclo menstrual.

Por meio das informações obtidas com a pesquisa, foi possível observar que o ciclo menstrual é um tema pouco abordado e discutido na sociedade em geral. Isso ressalta a relevância desse assunto, considerando a necessidade das mulheres de compreender e conhecer seus próprios corpos. Nesse contexto, a pesquisa abordou a importância da educação em saúde realizada pelos profissionais de enfermagem, que desempenham um papel crucial na divulgação de informações sobre o ciclo menstrual, especialmente para as mulheres em idade reprodutiva. Sendo assim, esse tema se torna importante para a sociedade como um todo.

Além disso, a pesquisa destacou como o Estado pode e deve promover a Educação em Saúde como parte do gerenciamento de políticas e ações voltadas para a manutenção da saúde pública. Isso inclui a ênfase em ações que visam melhorar a saúde das mulheres, fornecendo informações que as conscientizem sobre os cuidados com seus corpos e a adoção de práticas e hábitos saudáveis.

Portanto, a conclusão a que se chegou é que os profissionais de enfermagem desempenham um papel fundamental na promoção da educação em saúde, fornecendo informações essenciais às mulheres sobre o autoconhecimento do ciclo menstrual e contribuindo assim para o bem-estar e a saúde das mulheres.

REFERÊNCIAS

- ALVES, Ruben. **A escola que sempre sonhei sem imaginar que pudesse existir**. Campinas: Papyrus, 2001.
- BRASIL. Ministério Da Saúde. **Saúde Sexual E Saúde Reprodutiva**. Caderno de atenção básica. Brasília-DF, 2013.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Envelhecimento e saúde da pessoa idosa** – Brasília: Ministério da Saúde, 2006.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Política de Atenção Básica**. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2012.
- CASTRO, V. P. N. **Educação Em Saúde Da Mulher: Integralidade e Empoderamento**. 55f. Monografia (Especialista em Atenção Básica em Saúde da Família) Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Minas Gerais. Belo Horizonte, 2010.
- COSTA, Gabriela Maria et al. **CONHECIMENTO E SIGNIFICADO CULTURAL DA**

MENOPAUSA PARA UM GRUPO DE MULHERES. Revista da Escola de Enfermagem da USP, 2008.

DALMOLIN, Bárbara Brezolin et al. Significados Do Conceito De Saúde Na Perspectiva De Docentes Da Área Da Saúde. **Esc Anna Nery (impr.)** abr -jun; 15 (2):389-394, 2011.

FERREIRA, Sarah Rodrigues; MANNARINO, Ludmila Amitrano; DE ALMEIDA, Alexander Pedroza. Alterações hormonais durante o ciclo menstrual e a síndrome pré-menstrual. **Pesquisa & educação a distância,(11)**, 2018.

FONSECA, Mariana Marques. **O poder do (auto) conhecimento do ciclo: A relação entre o conhecimento do ciclo e o empowerment sexual e reprodutivo.** Tese de Doutorado. 2021.

GODOY, Arilda Schmidt. Pesquisa Qualitativa: Tipos Fundamentais. **Revista de Administração de Empresas São Paulo**, v. 35, n.3, p, 20-29 Mai./Jun. 1995.

LAKATOS, E. M.; MARCONI, M. A. **Fundamentos metodologia científica.** 4.ed. São Paulo: Atlas, 2001.

LEMBRANCE, Ana Julia Macedo et al. **Fisiologia Do Ciclo Menstrual Feminino E Suas Influências Hormonais.** Saúde da mulher 1. ed. 2. Vol. - Irati: Pasteur, 2020.

3356

NUNES, Isabela Ceschini. Investigação Sobre O Conhecimento Feminino Acerca De Seu Próprio Mecanismo De Controle Hormonal, Em São Gabriel/RS. **ANAIS CONGREGA MIC JÚNIOR-ISBN 978-65-86471-05-2**, v. 15, p. 13, 2021.

PINTO, Álvaro Vieira. **Sete Lições Sobre Educação de Adultos.** 13^a ed. São Paulo: Cortez, 2003.

SILVA, Antônio João Hocayen da. **Metodologia de pesquisa: conceitos gerais.** UNICENTRO, Paraná, 2014.

STEFANINI, Maria Lucia Rosa. Educação em Saúde. **BIS - Boletim do Instituto de Saúde,** Dez, 2004.

VERGARA, Sylvia C. **Projetos e relatórios de pesquisa em administração.** 3.ed. Rio de Janeiro: Atlas, 2000.