

**AVALIAÇÃO DE QUALIDADE DE VIDA POR MEIO DO QUESTIONÁRIO
WHOQOL-BREF EM MULHERES NO CLIMATÉRIO E MENOPAUSA
QUALITY OF LIFE ASSESSMENT THROUGH THE WHOQOL-BREF
QUESTIONNAIRE IN CLIMACTERIC AND MENOPAUSAL WOMEN**

JESUS, Valéria Nunes¹, BOAVENTURA, Cristina de Matos², SILVÉRIO, Ana Carolina Lino³.

1. Acadêmica do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário UNA Uberlândia - MG, valerianunes212@gmail.com
2. Professora Mestre e orientadora do curso de Fisioterapia do Centro Universitário UNA Uberlândia - MG, c_boaventura@hotmail.com
3. Professora Mestranda e coorientadora do curso de Fisioterapia do Centro Universitário UNA Uberlândia - MG, anacarolinalino.fisioterapia@gmail.com

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, questionário WHOQOL-BREF.

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 an 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, WHOQOL-BREF questionnaire.

1 - INTRODUÇÃO

O climatério é uma fase de transição, período que abrange a menopausa, ocorrendo a última menstruação de forma espontânea. Na fase inicial do climatério, os folículos ovarianos foram todos utilizados e os hormônios que fazem parte da regulação do ciclo menstrual não são mais produzidos (SANCHES et al., 2019). A menopausa é um período em que ocorre a parada completa das menstruações, uma alteração natural do corpo na mulher (SILVA et al., 2022).

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).

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 impõe 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 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 Organização Mundial da Saúde (OMS), valorizando a percepção individual que avalia a qualidade de vida em diversos grupos e situações constando de 26 questões, sendo duas questões gerais de qualidade de vida, ao passo que as demais representam cada uma das 24 facetas que compõem o instrumento original. Diferente do WHOQOL-100 em que cada uma das 24 facetas é avaliada a partir de quatro questões, no WHOQOL-bref cada faceta é avaliada por apenas uma questão (ALBUQUERQUE et al., 2019). O questionário WHOQOL-bref, desenvolvido pela organização mundial da saúde (OMS) e validado em 1996, foi introduzido no contexto brasileiro nos anos de 2005 e 2006 como uma ferramenta de avaliação da qualidade de vida. Este questionário 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.

2 - METODOLOGIA

O presente estudo trata-se de uma pesquisa empírica aplicada em campo, de objetivo descritivo e abordagem quantitativa e delineamento transversal. A pesquisa foi realizada em duas fases: 1) Esclarecimentos sobre a pesquisa, os procedimentos de coleta de dados, bem como explicação de todos os fatores associados à participação no presente estudo; 2) Aplicação dos questionários (sociodemográfico e WHOQOL-bref), individualmente, em todos os voluntários selecionados.

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), o qual consta do objetivo do estudo, dos procedimentos da avaliação, dos riscos e benefícios, do caráter de voluntariedade da participação do sujeito e da responsabilidade por parte do avaliador, sendo respeitada a privacidade e a total confiabilidade dos dados e o não acarretamento de danos e constrangimentos aos participantes.

A coleta de dados foi realizada no mês de maio de 2023 na Associação dos Reumáticos de Uberlândia e Região (ARUR). Foram avaliadas 92 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 validado em 1996 e criado pela organização mundial da saúde (OMS) "The World Health Organization Quality of Life" (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). Durante a coleta de dados a pesquisadora permaneceu no local para eventuais dúvidas.

3 - 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 ± 6,6 anos.

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.

Tabela 1 - Resultados dos valores máximos, mínimos médias e desvio padrão em relação a 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

Na Tabela 1 podemos observar os resultados gerais, bem como as médias e desvio padrão dos diferentes domínios do questionário utilizado.

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).

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.

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									
Variações iguais assumidas	0,383	0,538	-0,870	90	0,386	-2,9879	3,4334	-9,8089	3,8332
variâncias iguais não assumidas			-0,809	25,811	0,426	-2,9879	3,6920	-10,5795	4,6038

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

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

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.

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: Correlação 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.

4 - 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.

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.

5 - 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.

SANCHES, J. C. C.; ADORNO, M. L. G. R.; NEVES, T. V. Fisioterapia no climatério: impacto na qualidade de vida, índice de depressão e gravidade dos sintomas. **Disciplinarum Scientia | Saúde**, v. 20, n. 2, p. 473–484, 30 dez. 2019.

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.