



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE
CAMPUS PROF. ANTÔNIO GARCIA FILHO
DEPARTAMENTO DE TERAPIA OCUPACIONAL



RENATA KELLY LIMA SANTOS
VITOR EMMANUEL DE OLIVEIRA ANDRADE

**SÍNDROME PRÉ-MENSTRUAL (SPM) E O DESEMPENHO OCUPACIONAL DE
ESTUDANTES UNIVERSITÁRIAS: UM ESTUDO SOBRE A REALIDADE DO
CAMPUS LAGARTO DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE**

LAGARTO/SE

2019

RENATA KELLY LIMA SANTOS

VITOR EMMANUEL DE OLIVEIRA ANDRADE

Orientador: Prof.^a Ms. Francisco Leal de Carvalho

**SÍNDROME PRÉ-MENSTRUAL (SPM) E O DESEMPENHO OCUPACIONAL DE
ESTUDANTES UNIVERSITÁRIAS: UM ESTUDO SOBRE A REALIDADE DO
CAMPUS LAGARTO DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Departamento de Terapia Ocupacional da Universidade Federal de Sergipe como pré-requisito para obtenção do grau de Bacharel em terapia ocupacional.

LAGARTO/SE

2019

RENATA KELLY LIMA SANTOS
VITOR EMMANUEL DE OLIVEIRA ANDRADE

**SÍNDROME PRÉ-MENSTRUAL (SPM) E O DESEMPENHO OCUPACIONAL DE
ESTUDANTES UNIVERSITÁRIAS: UM ESTUDO SOBRE A REALIDADE DO
CAMPUS LAGARTO DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE**

Este Trabalho de Conclusão de Curso foi julgado a aprovado como cumprimento das exigências legais da Resolução 36/2011 CONEPE-UFS do currículo do curso de Terapia Ocupacional da Universidade Federal de Sergipe, Lagarto/SE.

Lagarto/SE, ____ de _____ de _____.

Avaliadores:

Prof.º Ms. Francisco Leal de Carvalho
Orientador

Prof.ª Dr.ª Martha Moraes Minatel
Membro da Banca Examinadora

Prof.ª Dr.ª Raphaela Schiassi Hernandes
Membro da Banca Examinadora

SÍNDROME PRÉ-MENSTRUAL (SPM) E O DESEMPENHO OCUPACIONAL DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIAS: UM ESTUDO SOBRE A REALIDADE DO CAMPUS LAGARTO DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE

PRE-MENSTRUAL SYNDROME (SPM) AND OR OCCUPATIONAL UNEMPLOYMENT PERFORMANCE: A STUDY ON A REALITY OF CAMPUS LAGARTO DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE

Renata Kelly Lima Santos¹, Vitor Emmanuel de Oliveira Andrade², Francisco Leal de Carvalho³

¹ Graduanda em Terapia Ocupacional pela Universidade Federal de Sergipe (UFS), Campus Universitário Prof. Antônio Garcia Filho, Lagarto/SE, Brasil. CEP: 49.400.000. Email: renatakellylima058@gmail.com;

² Graduando em Terapia Ocupacional pela Universidade Federal de Sergipe (UFS), Campus Universitário Prof. Antônio Garcia Filho, Lagarto/SE, Brasil. CEP: 49.400.000. Email: vitozemmanuel017@hotmail.com.

³ Professor Doutor do Núcleo de Terapia Ocupacional da Universidade Federal de Sergipe, Campus Universitário Prof. Antônio Garcia Filho, Lagarto/SE, Brasil. CEP: 49.400.000. Email: franciscolealandrade@gmail.com

RESUMO

A Tensão Pré Menstrual é caracterizada como um conjunto de sintomas físicos, emocionais e comportamentais que ocorrem de uma a duas semanas antes do início da menstruação e que podem interferir em alguns aspectos da vida da mulher. Tendo em vista as diversas alterações ocasionadas pelo ciclo menstrual, esse estudo teve como objetivo geral: identificar e analisar como a Síndrome Pré Menstrual (SPM) afeta o desempenho ocupacional de estudantes universitárias e como objetivos específicos: descrever os principais sintomas referidos, relatar as principais ocupações afetadas e analisar as implicações dos acometimentos nas ocupações. A pesquisa se caracteriza como sendo de caráter descritiva e exploratória e os dados foram coletados por meio de um questionário semiaberto. Como resultados da pesquisa, ficou evidente que a maioria das universitárias apresentam com frequência sinais e sintomas da SPM. Entre os sintomas apresentados encontram-se picos de estresse, sensibilidade emocional, humor oscilante, cólicas, irritabilidade, cansaço, falta de concentração, fome, dores e inchaço no corpo. As atividades mais comprometidas pelos sintomas da SPM de acordo com a pesquisa foram estudo, atividade física, participação social, sono e relacionamento interpessoal. Permitiu concluir também que a maioria das Universitárias apresentam comprometimento nas atividades acadêmicas, tendo dessa maneira prejuízo no rendimento acadêmico. Este estudo reforçou a necessidade dos profissionais que atuam na área da saúde da mulher, que busquem compreendê-la neste processo, para implementar ações que possibilitem mudanças de hábitos, atitudes e comportamentos visando uma melhor qualidade de vida para as mulheres com a SPM.

Palavras-chave: Tensão; menstruação; ocupacional; desempenho.

ABSTRACT

Premenstrual Tension is characterized as a set of physical, emotional and behavioral symptoms that occur one to two weeks before the onset of menstruation and that may interfere with some aspects of a woman's life. Given the various changes caused by the menstrual cycle, this study aimed to: identify and analyze how premenstrual syndrome (PMS) affects the occupational performance of college students and as specific objectives: describe the main symptoms reported, report the main affected occupations and analyze the implications of occupational impairment. The research is characterized as being descriptive and exploratory and data were collected through a semi-open questionnaire. As a result of the research, it was evident that most university students often present signs and symptoms of PMS. Symptoms include stress peaks, emotional sensitivity, fluctuating mood, cramps, irritability, tiredness, lack of concentration, hunger, body aches and swelling. The activities most affected by PMS symptoms according to the research were study, physical activity, social participation, sleep and interpersonal relationship. It also concluded that most of the University students present impairment in academic activities, thus impairing academic performance. This study reinforced the need for professionals working in women's health, who seek to understand it in this process, to implement actions that enable changes in habits, attitudes and behaviors aiming at a better quality of life for women with PMS.

Keywords: Tension; menstruation; occupational; performance.

INTRODUÇÃO

A adolescência é o período de transição entre infância e idade adulta (ABERASTURY; KNOBEL, 1990). Não é apenas uma fase do desenvolvimento humano, em que ocorrem transformações e manifestações biológicas, além das psicossociais típicas. A vida do adolescente é uma fase caracterizada por inter-relações entre as várias dimensões orgânica, psicoemocional e sociocultural traduzidas especificamente por diferentes sociedades e culturas. Ao mesmo tempo, é delimitada pela faixa etária que vai dos 10 aos 19 anos de idade. Nesta fase da adolescência, o corpo sofre profundas e rápidas transformações em decorrência das mudanças hormonais que aceleram o crescimento físico e também o desenvolvimento dos caracteres sexuais secundários (BRETAS; MUROYA; GOELLNER, 2009).

Com a chegada da adolescência inicia um processo com transformações rápidas e em curto período de tempo, sendo elas; físicas, emocionais e psicológicas, gerando inseguranças. A partir daí há um aumento na quantidade de hormônios o que marca o início da puberdade, quando é possível observar o aparecimento de características sexuais secundárias como aquisição da capacidade reprodutiva e alterações no comportamento. Durante essa etapa, pode-se ressaltar no sexo feminino, a reativação do eixo Hipotálamo-Hipófise-ovário (HHO), que tem como resultado a menstruação e os ciclos menstruais (BOUZAS; BRAGA; LEÃO, 2010).

Além da busca de identidade adulta, o adolescente, com base na organização da genitalidade com o desenvolvimento dos órgãos sexuais e o surgimento dos caracteres sexuais primários e secundários, inicia o processo de resolução de sua identidade sexual, que são as características mentais do sexo que lhe corresponde. Assim sendo, o amadurecimento biológico é acompanhado por manifestações sexuais que devem ser integradas à personalidade do adolescente. A menarca, na menina, e as ejaculações involuntárias no menino, depois, a própria masturbação, são manifestações fisiológicas relacionadas à alteração psicológica que está surgindo na vida do adolescente (SILVA et al., 2004).

A primeira menstruação, menarca, é considerada um indicador de maturação no desenvolvimento da mulher, sua chegada constitui-se em importante elemento definidor da passagem do ser criança para o ser adolescente. Para todas as adolescentes, independente do seu segmento social, a menarca caracteriza-se como um dos poucos ritos de passagem que ainda permanece valorizado nas sociedades modernas. (BRÊTAS et al., 2012).

Para Klug e Fonseca (2006), a menarca é considerada um evento muito significativo na vida da mulher, por caracterizar-se como o início de sua vida reprodutiva e envolve grandes transformações de ordem somática, metabólica, neuromotora e psicossocial. A ocorrência da menarca, embora nem sempre se relacione com o ciclo ovulatório normal, representa o estágio

de amadurecimento uterino. Não significa que a menina tenha atingido o estágio de função reprodutiva completa, pois os ciclos menstruais iniciais são geralmente anovulatórios, um período de relativa esterilidade na adolescência, que dura de 1 a 18 meses após a menarca. Um estudo de revisão literária mostra que a faixa etária em que acontece a menarca no Brasil é, em média, dos 11 aos 12 anos.

A menstruação está presente durante aproximadamente quatro décadas da vida da mulher, exceto quando grávida ou lactante, e é a sua presença que caracteriza a chamada “vida reprodutiva feminina”. Ela marca a distinção entre os sexos de modo particular, expressando uma natureza diferente, à parte dos atributos físicos, pois é cíclica. (AMARAL, 2003, p.17)

Como visto anteriormente, o processo menstrual desencadeia pontos positivos como o início do ciclo reprodutivo da mulher, mas além desse ponto positivo, os ciclos menstruais podem desencadear pontos negativos como a tensão pré-menstrual, que é considerada como uma síndrome, por conta da diversidade de sinais e sintomas apresentados. A Associação Médica Brasileira e o Conselho Federal de Medicina (2011) relatam que a tensão pré-menstrual é representada por um conjunto de sintomas físicos, emocionais e comportamentais, que apresentam caráter cíclico e recorrente, iniciando-se na semana anterior à menstruação e que aliviam com o início do fluxo menstrual. Esses sintomas ocorrem de uma a duas semanas antes do início da menstruação, ou seja, durante a fase lútea, sendo tipicamente grave o suficiente para interferir em alguns aspectos da vida.

A Associação Médica Brasileira e o Conselho Federal de Medicina (2011) ainda relatam os principais sinais e sintomas observados, sendo eles: aumento do tamanho e da sensibilidade das mamas; inchaço nas pernas e, às vezes, no corpo todo; ganho de peso; cefaleia; fadiga; dor nas pernas; aumento do volume abdominal; acne; ansiedade; irritabilidade; depressão; mudanças de humor; depreciação da autoimagem e alteração do apetite. Vale ressaltar ainda que a intensidade dos sinais e sintomas variam de mulher para mulher, desde a menarca até a menopausa.

Segundo Miranda et al. (2007) milhões de mulheres em idade reprodutiva apresentam sintomas emocionais, cognitivos e físicos relacionados ao seu ciclo menstrual. Elas apresentam irritabilidade intensa, frequentemente acompanhada de humor depressivo, assim como inúmeras queixas mentais e somáticas.

De acordo com Snowden e Christian (1983), o fator psicossocial tem um papel importante na atitude frente à menstruação. A mulher menstruada é vista pela sociedade como mal humorada e irritada. A menstruação não é simplesmente um processo fisiológico, mas está

ligado a variáveis psicológicas, sociais e culturais. Como todas as mulheres menstruam, elas estão sujeitas aos mesmos tabus culturais de restrição, segregação e discriminação. Juntamente com as características sociais do próprio sangramento, a menstruação tem um significado individual para cada mulher. Assim, a mulher tem duas percepções do sangramento: uma da sua real experiência e outra como um membro dentro da sociedade a qual sofre influências dos significados que são atribuídos à menstruação. A interação destas duas percepções irá afetar as atitudes e a descrição do evento.

Segundo Pinto e Colares (2015), a entrada na universidade é um marco muito significativo na saída da adolescência para a vida adulta e é carregada de novos desafios.

É importante compreender que o aprendizado do aluno bem como todo o seu processo de adaptação ao ensino superior devem levar em conta diversas variáveis que podem impactar o ajustamento acadêmico. Uma compreensão apropriada dessa fase estudantil exige que se atente para as características individuais e de personalidade do estudante, para a relação professor aluno, para o contexto e histórico institucional (PINTO; COLARES, 2015).

A partir de meados da década de 1980, observou-se um crescente sentimento de democratização do país com a organização de movimentos sociais, como o movimento feminista. As mulheres passaram a expor suas reivindicações: direito à procriação, sexualidade e saúde, planejamento familiar, discriminação do aborto, democratização da educação para a saúde e outras medidas entendidas na esfera da saúde pública e não do ato médico. O interesse pelo tema Saúde da Mulher cresceu no país não apenas nos espaços acadêmicos, mas também na maioria dos movimentos sociais organizados. No processo de abertura política, feministas e profissionais da saúde iniciaram uma parceria com o Ministério da Saúde para elaboração de propostas de atendimento à mulher que garantissem o respeito a seus direitos de cidadã, resultando em uma proposta concreta do Estado como resposta às reivindicações: o Programa de Assistência Integral à Saúde da Mulher- PAISM (SANTOS, 2005 apud, SEPÚLVEDA, 2001).

No contexto atual, a política de assistência à saúde da mulher continua sendo construída, sendo preciso uma mobilização dos diversos agentes públicos e implementação de novas políticas públicas de saúde dirigidas às mulheres no Brasil, levando-se em consideração como foi construída a trajetória que atualmente a caracteriza (SANTOS, 2005).

Conforme AOTA (2015), A ocupação é essencial para o cliente na sua identificação e competência e carrega com sigo valor e significado.

De acordo com a AOTA (2015), O termo ocupação diz respeito as atividades de vida diária as quais os sujeitos se envolvem. Ocupação ocorre por meio de um contexto e recebem influencia pelos fatores do cliente, habilidades de desempenho e padrões de desempenho. Ocupação ocorrem ao longo do tempo, tem proposito, significado e utilidade podem ser observadas por outras pessoas e percebidas por pessoas em especifico. Há uma ampla variedade de ocupações, são elas: atividade de vida diária, atividades instrumentais de vida diária, descanso e sono, lazer, educação, trabalho, brincar e participação social.

O “Desempenho ocupacional é a realização da ocupação selecionada resultante da transação dinâmica entre o cliente, o contexto e o ambiente, e a atividade ou ocupação”. (AOTA, 2015, p.14). Dessa forma, o desempenho ocupacional, é importante para entender a performance do sujeito em suas ocupações, se há alguma fragilidade, limitação e dificuldade que seja significativa para o indivíduo.

Conforme, Gritti (2015), desempenho é a maneira de relatar como qualificador, o que as pessoas fazem em seu ambiente habitual, abrangendo o envolvimento em acontecimentos da vida. Já a palavra ocupação se refere a todo trabalho, desempenhado e vivido nos diferentes contextos: trabalho, lazer, cuidado pessoal e outros. É reconhecido na rotina cotidiana, ao qual o sujeito tem envolvimento, preenchendo seu tempo e promovendo um valor para sua vida.

Com base nisso, o presente trabalho objetivou-se: Identificar e analisar como a síndrome pré-menstrual afeta o desempenho ocupacional das estudantes universitárias; descrever os principais sintomas referidos; relatar as principais ocupações afetadas; analisar as implicações dos acometimentos nas ocupações. Visto que além dos estudos, muitas delas ainda possuem atividades extras, como a inserção no mercado de trabalho e atividades domésticas, sobrecarregando assim a vida das estudantes. Sendo justificável escassez nas pesquisas de literatura brasileira, a respeito da atuação do Terapeuta Ocupacional na saúde da mulher e otimizar o interesse pelos estudantes no estudo da saúde da mulher.

METODOLOGIA

Percurso metodológico

A pesquisa é de caráter descritivo e exploratório. Para Gil (2006), o caráter descritivo tem por objetivo desenvolver, esclarecer e proporcionar uma visão geral sobre determinado fator; o caráter exploratório visa a descrição das características de determinada população, ou o estabelecimento de relações entre variáveis.

Local da pesquisa

A pesquisa foi realizada na Universidade Federal de Sergipe, em um Campus do interior do Estado. O Campus disponibiliza de oito cursos da área da saúde (medicina, terapia ocupacional, farmácia, odontologia, nutrição, enfermagem, fonoaudiologia e fisioterapia) e conta atualmente com 1.525 discentes matriculados. Sua metodologia de ensino é considerada inovadora e conhecida como Metodologias Ativas de Ensino, em que a mesma possui uma estrutura pedagógica de Aprendizagem Baseada em Problemas.

Sujeitos da Pesquisa

O público alvo, consistiu no convite a todas as alunas ingressas no Campus na qual a pesquisa está sendo realizada, o convite foi feito por um aplicativo de mensagens, Whatsapp, na qual foi enviado o convite com o questionário nos grupos dos discentes, quem aceitasse responder entraria em contato, assinaria o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e enviaria no e-mail dos pesquisadores. Dentre os 1765 universitários, 1192 são mulheres, sendo que destas mulheres cinquenta e quatro (54) responderam o questionário. Tendo como critérios de inclusão, mulheres que estejam ativas no processo universitário do campus Lagarto, onde as mesmas devem estar de acordo em participar da pesquisa, que não tenham diagnóstico de patologias do sistema reprodutor, não estejam gestantes e que apresentam sinais e sintomas de SPM.

Procedimentos e Instrumento de coleta de dados

A coleta de dados foi feita por meio do aplicativo de mensagens, Whatsapp, na qual foi enviado o link contendo o TCLE e o questionário elaborado no formulário google. As respostas e o TCLE foram enviadas diretamente para o e-mail dos discentes responsáveis pela pesquisa. O questionário utilizado na pesquisa, continha 12 perguntas fechadas e 10 perguntas abertas

(APÊNDICE C). Todos os procedimentos só foram colocados em prática após a aprovação do Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade Federal de Sergipe.

Aspectos éticos

Como compromisso assumido pelos alunos pesquisadores e seu professor orientador, será garantido a todos os participantes o anonimato e sigilo sobre sua identidade e lhes foi assegurado que o uso dos dados coletados no questionário semiaberto será usado somente para fins de pesquisa acadêmica. A presente pesquisa, assim como sua execução, foi formalmente autorizada pelos gestores das instituições (CARTA DE ANUÊNCIA – APÊNDICE A). Além de que os sujeitos que aceitaram participar da pesquisa só iniciaram mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) em duas vias (APÊNDICE B), ficando uma com eles, e a outra com os pesquisadores.

Análise dos dados

Foi realizada análise do conteúdo das respostas dos participantes da pesquisa por meio da elaboração de gráficos para melhor visualização dos resultados. Apreendendo de uma forma global as ideias principais e os seus significados gerais, na qual os pesquisadores foram orientados pelas questões da pesquisa que necessitam ser respondidas, utilizando principalmente os objetivos do trabalho.

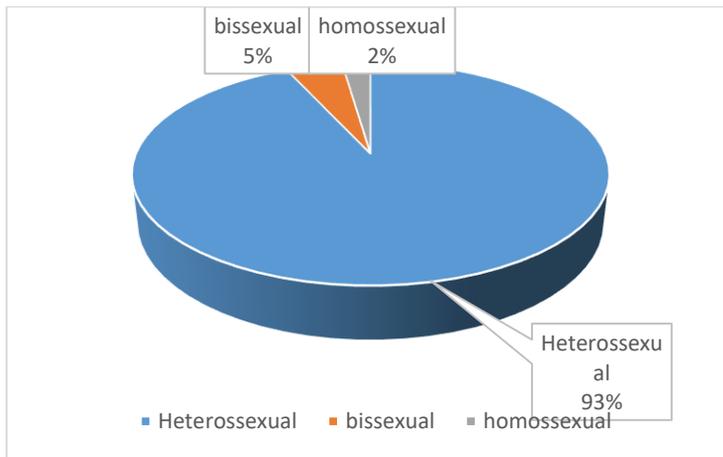
RESULTADOS E DISCUSSÕES

Na sequência e na tentativa de apreender as percepções dos sujeitos sobre SPM. As 54 universitárias que responderam o questionário, possuem idade entre 17 e 39 anos, sendo que em sua maioria sentem com frequência sinais e sintomas da Síndrome Pré-menstrual.

Características dos sujeitos

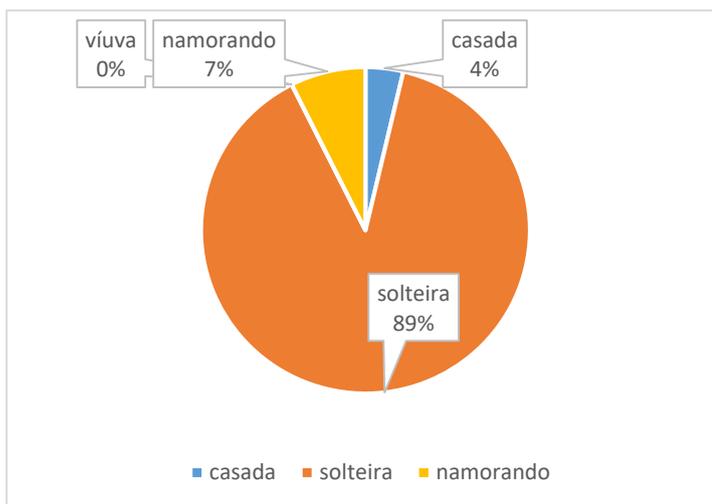
- a) Orientação sexual dos participantes?

Gráfico 1- Orientação sexual



b) Estado civil dos participantes?

Gráfico 2- Estado civil



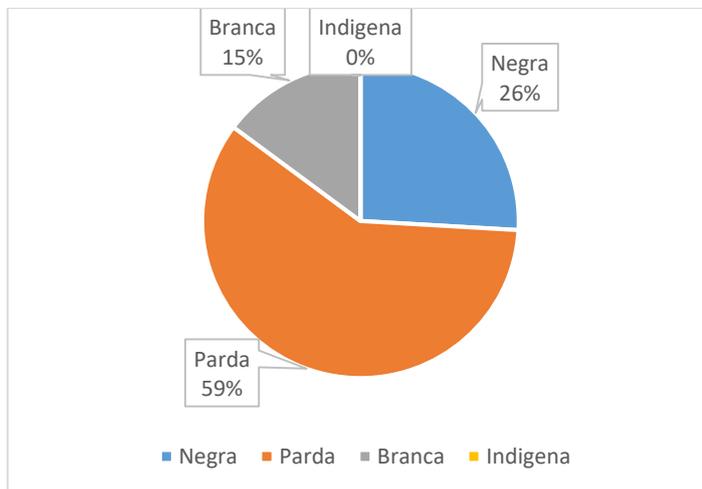
c) Tem filhos?

Gráfico 3- Filhos



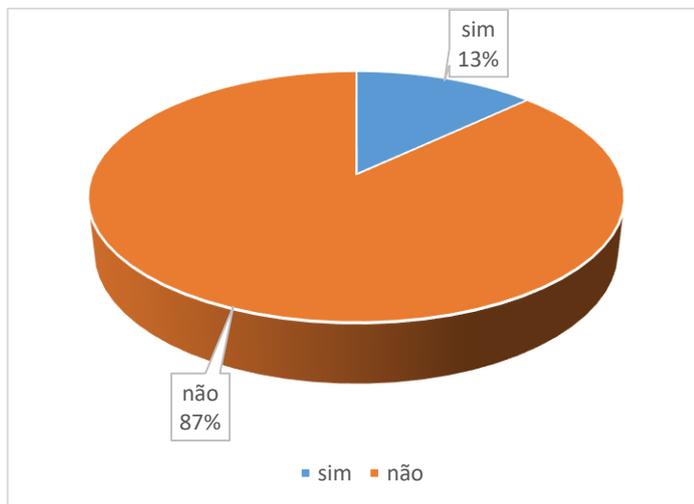
d) Raça dos participantes

Gráfico 4- Raça dos participantes



e) Exerce alguma atividade remunerada?

Gráfico 5- Atividade remunerada



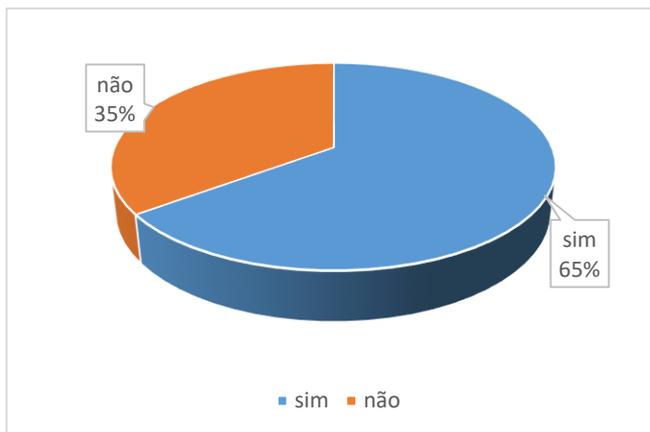
f) Precisa de deslocamento todos os dias para universidade?

Gráfico 6 - Deslocamento



g) Você sente-se apoiada por alguém na realização de suas atividades?

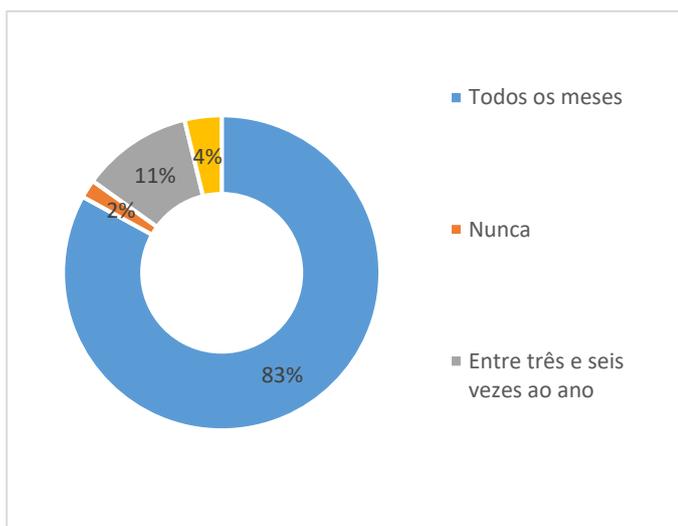
Gráfico 7- Apoio nas atividades



Informações referente a SPM

h) Você tem eventos de tensão pré-menstrual?

Gráfico 8- Eventos da tensão pré-menstrual



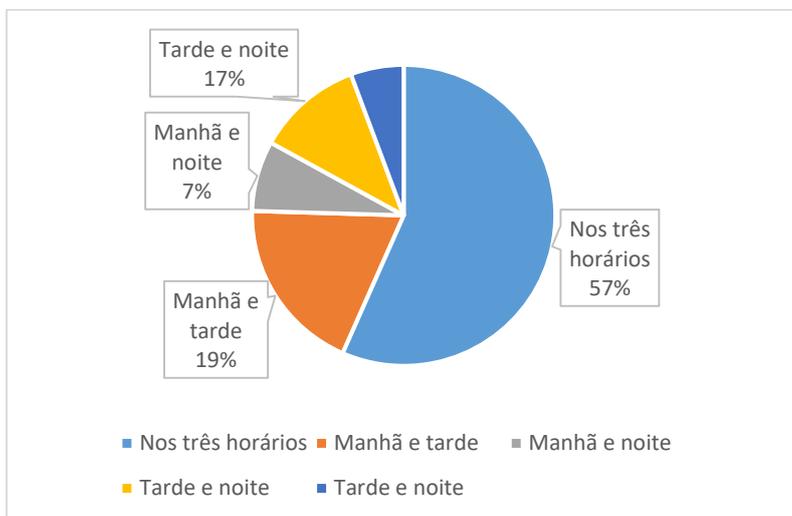
Os principais sintomas trazidos pelos sujeitos foram: picos de estresse, sensibilidade emocional, humor oscilante, dores no corpo, estresse, irritabilidade, cansaço, cólicas, ansiedade espinhas, fome, raiva, falta de concentração, sensibilidades nas mamas e inchaços pelo corpo.

Valone et al. (2002 apud MIRANDA et al., 2007) trazem que existe um agravamento de sintomas depressivos e psicóticos em mulheres no período pré-menstrual. O aumento de demanda de atendimento em emergência psiquiátrica, elevação no risco de hospitalizações, tentativas e consumação de auto-extermínio, assim como de diversos comportamentos de risco, nesta fase do ciclo menstrual reforçam a compreensão dos complexos mecanismos subjacentes ao transtorno. A coordenação motora é também relatada como prejudicada por propensão a acidentes que podem variar de banais a graves. Na literatura, há relatos, ainda, de uma relação entre SPM e disfunção em áreas da vida de relação importantes como sociabilidade, relacionamento conjugal e familiar, além de prejuízo profissional.

Carvalho et al. (2009) constata que inúmeras mulheres em idade reprodutiva vêm verbalizando as decorrências físicas e emocionais da tensão pré-menstrual, mas os sintomas de ordem emocional têm sido mencionados como de maior intensidade.

i) Horário do dia que sente os efeitos da tensão pré-menstrual?

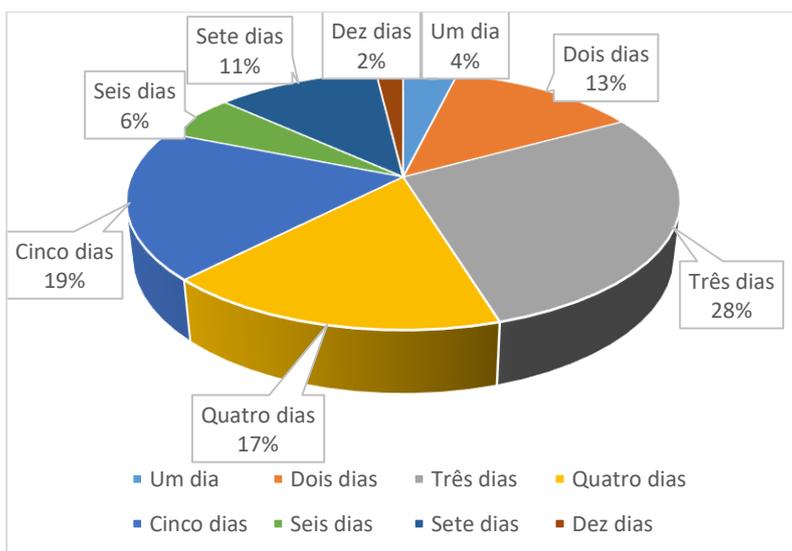
Gráfico 9- Horário da tensão pré-menstrual



É possível perceber que a maioria dos sujeitos trazem que os efeitos pré-menstruais prejudicam suas atividades durante todos o dia.

j) Quantos dias dura em média a tensão pré-menstrual?

Gráfico 10 - Duração da tensão pré menstrual



Assim, as atividades do dia mais comprometidas segundo os sujeitos da pesquisa são as atividades físicas, participação social e/ou convívio social, relacionamento interpessoal, sono, dificuldade de concentração, sendo que a dificuldade em estudar foi a atividade mais trazida

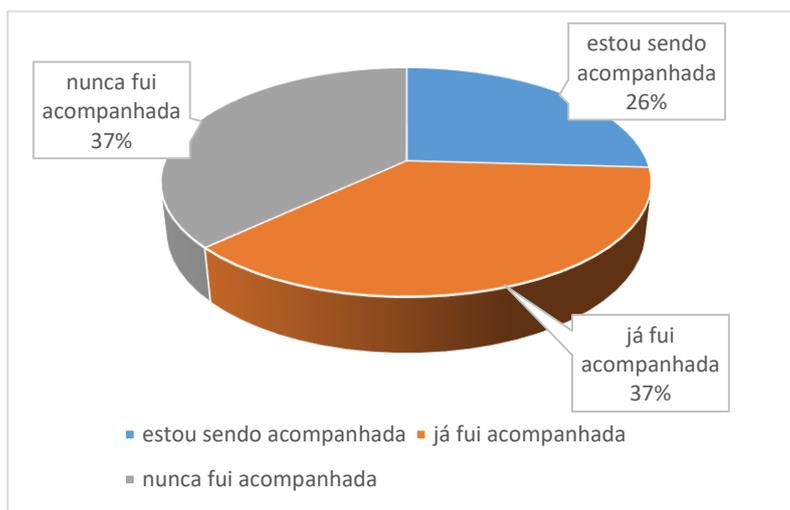
pelos sujeitos. Em um estudo realizado por Silva (2012), as alterações comportamentais provavelmente estão associadas à variação da concentração de esteroides ovarianos, endorfinas e noradrenalina. Nesse mesmo estudo houve a prevalência de sintomas, tais como: impaciência (65%), irritabilidade (58%) e ansiedade (51%). Cipriano, Loureiro e Oliveira (2013) realizaram um estudo com o objetivo de avaliar as alterações comportamentais de mulheres na SPM e os sintomas mais citados foram irritação (82,61%), tristeza (52,17%) e ansiedade (47,83%).

De acordo com Silva e Sá (2006) as alterações emocionais podem ser justificadas com as variações hormonais presente no ciclo menstrual. O estrogênio, que se apresenta elevado na fase folicular, tem ação antidepressiva e em consequência a melhora do humor, enquanto a progesterona, que apresenta um aumento na fase lútea, está associada à diminuição da serotonina, ocasionando um efeito depressivo, mostrando que a SPM ocorre na fase lútea, quando os níveis de progesterona estão alterados, justificando tais comportamentos na população estudada.

O sintoma físico mais comum na SPM é a mastalgia, que é a dor nas mamas associada a processos fisiológicos que surgem nos dias que antecedem a menstruação e desaparece nos primeiros dias (LUCA; GONÇALVES; CARVALHO, 2006).

k) Você foi ou é acompanhada por um ginecologista?

Gráfico 11- Acompanhamento médico



Os sujeitos trouxeram que utilizam mais de tratamentos caseiros e medicações para alívio dos sintomas como: remédios para cólicas e dores de cabeça e no corpo, compressas quentes, chás e chocolate, ao invés de buscarem ajuda especializada, portanto, é possível

perceber que a maioria nunca foi acompanhada por um ginecologista. De acordo com um trabalho realizado por Takagi, Benites e Shinohara (1991), um terço das mulheres de uma comunidade, apesar de apresentarem sintomas dolorosos no período menstrual, nada faziam para alívio destes sintomas. É também relevante a colocação feita por Snowden e Christian (6), de que as atitudes das mulheres em relação à menstruação são afetadas pela interação das suas percepções sobre este acontecimento em suas vidas, sendo a compreensão deste fato de grande importância para o planejamento de uma intervenção.

Segundo Miranda et al. (2007) até o presente momento, nenhum tratamento foi considerado eficaz no sentido de eliminar todos os sintomas da SPM. Uma enorme gama de tratamentos farmacológicos tem sido preconizada para reduzir os sintomas, sendo que os tratamentos são baseados em três tipos de estratégias: alívio de sintomas, modificação do possível desequilíbrio bioquímico e a supressão da ovulação. Caso os sintomas pré-menstruais tenham sido desencadeados ou piorados pelo início de contraceptivos orais, uma mudança de preparação ou outra forma de controle deve ser tentada.

Cerca de 70% das mulheres sofrem com a síndrome, mas os exercícios físicos podem melhorar alguns sintomas devido à elevação dos níveis de endorfina (SILVEIRA et al., 2014). Os sintomas da síndrome da tensão pré-menstrual influenciam o diagnóstico nutricional, o comportamento alimentar e, por fim, a orientação dietética realizada; a partir dessa investigação, os procedimentos específicos para diminuir os sintomas negativos poderão ser seguidos, bem como condutas para auxiliar a paciente a enfrentar compulsões alimentares que por ventura irão surgir (SAMPAIO, 2002).

Em consequência o tratamento da STPM acontece pela reeducação alimentar, tratamento psicológico, exercício físico, avaliação dietética e, se necessário, intervenção farmacológica (SILVA, 2012). Os sintomas da síndrome são crônicos e recorrentes e durante o tratamento deve considerar os custos de seus efeitos adversos e deve ser adaptado à gravidade dos sintomas, sendo a seleção dos medicamentos e de outros regimes alinhada às necessidades da paciente e dentre os procedimentos não-medicamentosos, são propostas alterações na dieta, uso de preparados herbários e prática de atividade física (ARRUDA et al., 2011).

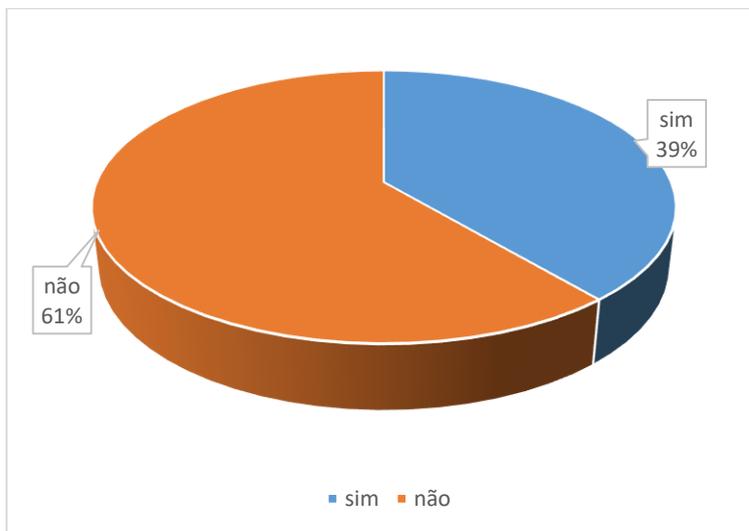
1) Faz uso do anticoncepcional

Gráfico 12- Uso de medicação



m) Sofreu algum tipo de assédio ou não compreensão da SPM na Universidade?

Gráfico 13- Assédio ou não compreensão

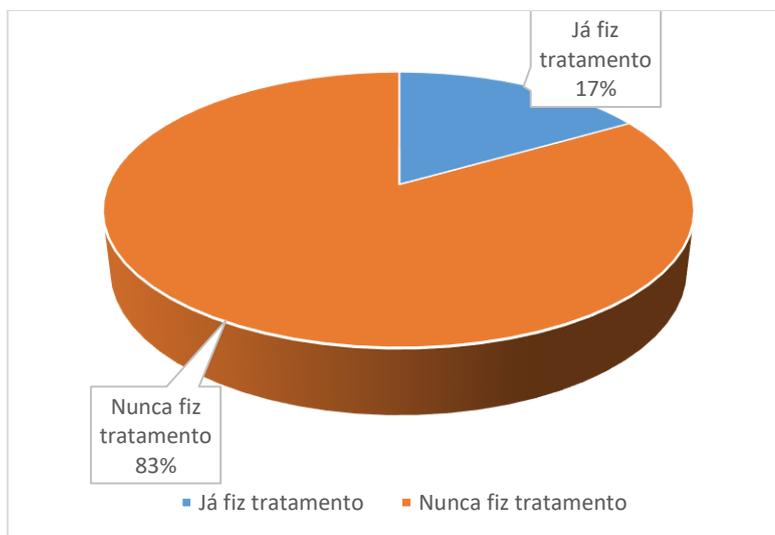


A maioria dos sujeitos trouxeram que a SPM comprometeu sua participação em alguma atividade na Universidade, principalmente nas aulas, nos seus rendimentos e concentração nos estudos, com uma diminuição no seu rendimento acadêmico. De acordo com Miranda et al. (2007) pela coexistência de fatores psicopatológicos, estresse ou problemas de relacionamento interpessoal, reassuramento e suporte devem ser oferecidos a todas as mulheres com a SPM orientações educacionais, tanto a paciente, como aos familiares sobre a natureza dos sintomas pré-menstruais podendo ajudar a reduzir os sentimentos de vergonha, culpa e falta de ajuda, assim as mulheres conseguem ter uma melhor compreensão.

De modo geral, Hara (9) relata que os sintomas físicos e psicológicos que afetam as mulheres alguns dias antes da menstruação são severos o suficiente para prejudicar seus relacionamentos interpessoais e suas atividades habituais, levar a mulher ao descontrole de algumas de suas ações, culminando com interferências negativas nas relações interpessoais, no trabalho ou escola.

- n) Já fez ou faz algum tratamento para sanar efeitos que atrapalham o seu desempenho da SPM?

Gráfico 14 - Tratamentos



De acordo com os sujeitos o assunto não é compreendido perante a sociedade, principalmente pelo “tabu” e/ou preconceito ainda existente sobre a menstruação, falta de conhecimento e negligência. Além disso, todos os sujeitos acreditam que existem a necessidade de ter maiores debates e informações acerca da SPM.

É possível observar essas dificuldades e tabus trazidos por Snowden e Christian (1983) que citam as diferentes visões em algumas culturas sobre a menstruação. Para o islamismo, a mulher é considerada impura e não é permitido aproximar-se dela até que esteja limpa, novamente. Em países como Egito, Índia, Jamaica, Iugoslávia e Filipinas é desaconselhável a visita às mulheres menstruadas por amigos ou parentes, principalmente para gestantes e puérperas, pois a mulher menstruada é considerada uma ameaça à saúde reprodutiva e fértil destas. No Egito a mulher menstruada é mais susceptível aos espíritos sobrenaturais, passando por crises idênticas ao nascimento de uma criança. Em grande parte da Índia, Filipinas e Egito as mulheres menstruadas evitam os campos para não prejudicarem a atividade agrícola.

Buckley e Gottlieb (2) mostram que os valores e significados do tabu da menstruação não existem isolados, mas ocorrem dentro de um contexto, especialmente relacionados à religião. O significado e o valor da menstruação, de uma certa cultura, devem ser determinados no local, e não podem ser descritos com base em conceitos pré-estabelecidos ou originados de outras culturas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Segundo o estudo, durante o período pré-menstrual as mulheres referem, principalmente sintomas como: picos de estresse, sensibilidade emocional, humor oscilante, dores no corpo, estresse, irritabilidade, cansaço, cólicas, ansiedade, espinhas, fome, raiva, falta de concentração, sensibilidades nas mamas e inchaços pelo corpo. Essas alterações são justificadas pelo aumento dos níveis de progesterona que está relacionada com as alterações no sistema nervoso central.

Assim, de acordo com os resultados encontrados é possível perceber a imensa necessidade que a mulher conheça a SPM e reflita sobre as suas consequências na sua vida, não somente como mulher, mas como estudante e trabalhadora, dentre outros papéis ocupacionais que desenvolve no seu dia a dia. Pois, compreendendo de que maneira a SPM afeta o seu cotidiano, será mais fácil visualizar caminhos para enfrentar as consequências geradas por ela.

A elaboração deste estudo reforçou também a necessidade dos profissionais que atuam na área da saúde da mulher, que busquem compreendê-la neste processo, para implementar ações que possibilitem mudanças de hábitos, atitudes e comportamentos visando uma melhor qualidade de vida para as mulheres com a SPM.

É importante ressaltar que o objetivo geral (identificar e analisar como a Síndrome Pré Menstrual (SPM) afeta o desempenho ocupacional de estudantes universitárias) e específicos (descrever os principais sintomas referidos, relatar as principais ocupações afetadas e analisar as implicações dos acometimentos nas ocupações), foram todos contemplados na pesquisa.

REFERÊNCIAS

- ABERASTURY, A.; KNOBEL, M. **Adolescência**. Porto Alegre: Artes Médicas; 1990.
- AMARAL, M. C. E. **Percepção e Significado da menstruação para as mulheres**.2003. 147 páginas. Dissertação (mestrado) - curso de Tocoginecologia, Unicamp, Campinas, 2003.
- AMERICAN OCCUPATIONAL THERAPY ASSOCIATION, A. Estrutura da Prática da Terapia Ocupacional: domínio & processo – 3ed. Traduzida. **Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo**, v.26, esp, p. 1-49, 24 abr.2015.
- ARRUDA, C. G. et al. **Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia Sociedade Brasileira de Medicina de Família e Comunidade**. Tensão Pré-Menstrual: Projeto Diretrizes, 2011.
- ASSOCIAÇÃO MÉDICA BRASILEIRA E CONSELHO FEDERAL DE MEDICINA. **Projeto diretrizes - Tensão Pré-Menstrual**. Outubro, 2011, 14 p. Disponível em: https://diretrizes.amb.org.br/_BibliotecaAntiga/tensao_pre_menstrual.pdf. Acesso em: 31 de julho de 2019.
- BOUZAS, I.; BRAGA, C.; LEÃO, L. Ciclo menstrual na adolescência. **Adolescência & saúde**, Rio de Janeiro, v.7, n.3, p.59-63, jul. 2010.
- BRÊTAS, J. R. S. et al. Significado da menarca segundo adolescentes. **Acta paul. enferm.**, São Paulo , v. 25, n. 2, p. 249-255, 2012 . Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-21002012000200015&lng=en&nrm=iso Acessado em 28 de outubro de 2019.
- BRÊTAS, J. R. S. et al. Uso da camisinha por adolescentes e jovens: avaliação da sequência dos procedimentos. **Acta Paul Enferm**;17(4):392-9, 2004.
- BRÊTAS, J. R.; MUROYA, R. L.; GOELLNER, M. B. **Mudanças corporais na adolescência**. In: Borges AL, Fujimori E. organizadores. Enfermagem e a saúde do adolescente na atenção básica. Barueri (SP): Manole; p.82-115, 2009.

BUCKLEY, T.; GOTTLIEB, A. **Blood Magic: the Anthropology of menstruation**. Berkeley: University of Califórnia Press, p.51-53: Menstrual images, meanings and values, 1988.

CARVALHO, V. C. P. et al. Repercussões do transtorno disfórico pré-menstrual entre universitárias. **Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul**, Porto Alegre, v. 31, n. 2, p. 105-111, mai. 2009.

CIPRIANO, P. P.; LOUREIRO, A. F.; OLIVEIRA, C. **Prevalência dos tipos da síndrome da tensão pré-menstrual em mulheres jovens e nulíparas**. CONGRESSO NACIONAL DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA,13. Anais... Sindicato das Entidades Mantenedoras de Estabelecimentos de Ensino Superior no Estado de São Paulo, Campinas, v. 1, 2013.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. São Paulo: Atlas; 2006.

GRITTI, C. C. et al. Desempenho ocupacional, qualidade de vida e adesão ao tratamento de pacientes com epilepsia. **Revista Terapia Ocupacional Universidade São Paulo**, p. 93-101, 2015.

HARA, C. **Síndrome**. Revista Brasileira de Medicina; 69(11): 577- 82, 1995.

KLUG, D. P.; FONSECA, P. H. **Análise da maturação feminina: um enfoque na idade de ocorrência da menarca**. Rev Educ Fís. 7(2):139-47, 2006.

LUCA, L. A.; GONÇALVES, M. F. V. S.; CARVALHO, L. R. Mastalgia cíclica pré-menstrual: placebo versus outras drogas. **Revista da Associação Médica Brasileira**, São Paulo, v. 52, n. 4, p. 265-9, jul/ago. 2006.

MIRANA, G. V. et al. Estudo sobre o transtorno disfórico pré-menstrual em uma população de mulheres em Belo Horizonte. **Revista Médica de Minas Gerais**, 17 (3/4): 73-86, 2007.

PINTO, M. P. P.; COLARES, M. F. A. **O estudante universitário: os desafios de uma educação integral**. Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto. 2015.

SANTOS, J. **Assistência à saúde da mulher no Brasil: aspectos de uma luta social**. II Jornada Internacional de Políticas Públicas. São Luiz. 2005.

SAMPAIO, H. A. C. Aspectos nutricionais relacionados ao ciclo menstrual. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 15, n. 3, p. 309-317, set/dez. 2002.

SILVA, S. M. C.S. A influência da tensão pré-menstrual sobre os sintomas emocionais e o consumo alimentar. **Revista da Sociedade Brasileira de Alimentação e Nutrição**, São Paulo-SP, v. 37, n. 1, p. 13-21, abr. 2012.

SILVA, A. C. J. S. R.; SÁ, M. F. S. Efeitos dos esteróides sexuais sobre o humor e a cognição. **Revista de Psiquiatria Clínica**, São Paulo, v. 33, n. 2, p. 60-67, mar. 2006.

SILVEIRA, A. V. et al. Síndrome da tensão pré-menstrual observada em usuárias do ambulatório municipal de saúde da mulher. **Enfermería Global**, Murcia, v.13, n. 35, p. 63-73, jul. 2014.

SNOWDEN, R.; CHRISTIAN, B. **Pattens and perceptions ofmenstruation. Manuka: VIIorld Health Organization**, 1983.

TAKAGI, A. M., BENITES, E. S.; SHINOHARA, M. Y. **Estudos de autocuidado relativo a dismenorréia em mulheres de uma comunidade rural**, 1991.

APÊNDICES

APÊNDICE A



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE CAMPUS UNIVERSITÁRIO PROFESSOR ANTÔNIO GARCIA FILHO

CARTA DE ANUÊNCIA

I – Dados sobre a pesquisa científica

Título: Síndrome pré-menstrual (SPM) e o desempenho ocupacional das estudantes universitárias: um estudo sobre a realidade do campus Lagarto da Universidade Federal de Sergipe.

Pesquisadora Responsável: Francisco Leal de Andrade

Pesquisadores: Renata Kelly Lima Santos E-mail: renatakellylima058@gmail.com

Vitor Emmanuel de O. Andrade: vitoiremmanuel017@hotmail.com

II – Solicitação/Confidencialidade

Venho, em nome deste, solicitar a realização da pesquisa supracitada, que tem como objetivo geral: Identificar e analisar como a síndrome pré-menstrual afeta o desempenho ocupacional das estudantes universitárias; e como objetivos específicos: descrever os principais sintomas referidos; relatar as principais ocupações afetadas; analisar as implicações dos acometimentos nas ocupações. O presente estudo irá realizar uma pesquisa de caráter descritiva exploratória, no qual busca identificar e analisar os processos relacionais entre síndrome pré-menstrual e o desempenho ocupacional de estudantes da Universidade Federal de Sergipe (campus Lagarto). A coleta de dados será realizada através de um questionário acerca das ocupações afetadas e de que forma são prejudicadas. Em tal questionário será respeitado o anonimato, sendo esta uma condição inalterável ao longo de toda pesquisa científica.

III – Consentimento

Declaro que após convenientemente esclarecido (a) pelos pesquisadores, e, tendo em vista que as informações obtidas serão confidenciais e utilizadas apenas com o propósito científico, conforme recomenda a resolução N° 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde (CNS), consinto a realização para a referida pesquisa.

Lagarto/SE, ____ de _____ de 2018.

CPF: _____

RG: _____

_____ Coordenador Responsável pela instituição.

APÊNDICE B



TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

A senhora está sendo convidada a participar de uma pesquisa intitulada: “Síndrome Pré Menstrual (SPM), e o desempenho ocupacional de estudantes universitários: Um estudo sobre a realidade do campus Lagarto da Universidade Federal de Sergipe”, que tem como objetivo geral: Identificar e analisar como a síndrome pré-menstrual afeta o desempenho ocupacional das estudantes universitárias. Objetivos específicos: Descrever os principais sintomas referidos; relatar as principais ocupações afetadas e analisar as implicações dos acometimentos nas ocupações.

O presente estudo irá realizar uma pesquisa qualitativa, no qual busca identificar e analisar os processos relacionais entre a Síndrome Pré Menstrual (SPM) e o desempenho ocupacional de estudantes da Universidade Federal de Sergipe (campus Lagarto). A coleta de dados será realizada através de um questionário acerca das ocupações afetadas e de que forma são prejudicadas. Sendo assim o presente trabalho é de natureza básica, uma vez que visa dados primários e a colaboração para a ciência.

Será realizado um levantamento de estudantes universitárias que se encaixem nos critérios estabelecidos para a pesquisa. A pesquisa será desenvolvida na Universidade Federal De Sergipe, campus Lagarto, de junho de 2019 a dezembro de 2019.

Existe risco de não se sentir confortável de responder o questionário. O benefício está na importância de associar os sinais e sintomas da síndrome pré-menstrual com o desempenho nas ocupações na vida de estudantes universitárias.

Além disso, há uma escassez nas pesquisas de literatura brasileira, a respeito da atuação do Terapeuta Ocupacional na saúde da mulher. Dessa forma, o trabalho visa otimizar o interesse pelos estudantes e investigar a associação da SPM no desempenho das ocupações.

Asseguramos que não haverá, sob nenhuma circunstância, a divulgação de sua identidade, e que os dados coletados estarão disponíveis somente para revisão de pesquisadores

e para publicações com propósitos científicos.

Após a realização deste estudo, os participantes poderão ser informados acerca dos resultados, se assim o quiserem; também haverá a disseminação do trabalho realizado em revistas científicas, relatórios e apresentação em encontros e/ou congressos, preservando-se, sempre, o anonimato dos participantes e das instituições estudadas, levando em consideração os compromissos com os termos éticos.

Caso você não queira participar da pesquisa, é seu direito e isso não vai interferir na sua rotina, portanto, é livre para abandonar a pesquisa, por qualquer razão, sem que haja prejuízo ou desconforto no seu trabalho ou tratamento. Você poderá retirar seu consentimento, em qualquer fase da pesquisa sem nenhum prejuízo.

A participação nesta pesquisa não lhe trará complicações legais, e nenhum dos procedimentos usados oferece riscos à sua dignidade, obedecendo aos Critérios da Ética na Pesquisa com Seres Humanos, conforme resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde, os riscos mínimos foram supracitados acima.

É garantido total sigilo do seu nome e imagem em relação aos dados relatados nesta pesquisa. Em qualquer etapa do estudo, você terá acesso aos profissionais responsáveis pela pesquisa, para esclarecimento de eventuais dúvidas. Nesse caso, entre em contato com os pesquisadores:

Renata Kelly Lima Santos: renatakellylima058@gmail.com -Telefone: (79) 99911-2215
Vitor Emmanuel de O. Andrade: vitoremanuel017@hotmail.com -Telefone (79) 99937-5354
Francisco Leal de Andrade: franciscolealandrade@gmail.com -Telefone: (79) 99653-3407

CONCORDO EM PARTICIPAR DA PESQUISA CIENTÍFICA

Nome: _____

Assinatura: _____

Pesquisadora: _____

Data: ____/____/____ Assinatura: _____

Endereço: _____

E-mail: _____

Orientadora: Prof. Dr Francisco Leal de Andrade
Departamento de Terapia Ocupacional
Universidade Federal de Sergipe
E-mail: franciscolealandrade@gmail.com

Telefone: (79) 99653-3407

APÊNDICE C



QUESTIONÁRIO SEMIABERTO

1. Idade?
2. Orientação sexual?
3. Estado civil?
4. Tem filho (os)?
5. Raça?
6. Além de estudante, você exerce alguma outra atividade remunerada?
7. Tendo em vista que a realização dessa pesquisa está sendo na Universidade federal de Sergipe (Campus Lagarto). Você precisa se deslocar todos os dias de outra cidade?
8. Tendo em vista a grande demanda exigida durante a graduação e as outras atividades além da Universidade. Você sente-se apoiada por alguém na realização de suas atividades extras?
9. Você Costuma ter eventos de tensão pré-menstrual?
10. Quais os principais sinais e sintomas você costuma apresentar da tensão pré-menstrual?
11. Qual horário do dia você mais sente os efeitos da tensão pré-menstrual?
12. Quantos dias dura em média a tensão pré-menstrual?
13. Quais são as atividades do dia a dia que são mais comprometidas pela tensão pré-menstrual?
14. Você foi ou é acompanhada por um ginecologista?
15. Faz uso de algum tratamento caseiro para aliviar os sintomas da tensão pré-menstrual? Se sim qual?
16. Faz uso de anticoncepcional?
17. A TPM já comprometeu a participação de alguma atividade na Universidade? Se sim, qual?
18. Você percebeu alguma relação entre a tensão e seu desempenho na Universidade?
19. Já sofreu algum tipo de assédio moral, preconceito ou falta de compreensão diante de algum evento de TPM na universidade?
20. Você já fez ou faz algum tratamento para sanar efeitos que atrapalham o seu desempenho, por conta da tensão pré-menstrual?

21. Para você, a TPM é um assunto bem compreendido perante a sociedade? Se não, porque?

22. Você acha importante que o tema (TPM) seja mais debatido? Se sim, porque?