

INVESTIGAÇÃO SOBRE O CONHECIMENTO FEMININO ACERCA DE SEU PRÓPRIO MECANISMO DE CONTROLE HORMONAL, EM SÃO GABRIEL/RS

13

Isabela Ceschini Nunes¹; Jaqueline Miranda Pinto²

1* - Aluna do Ensino Médio, Centro Universitário da Região da Campanha-URCAMP, cnunesisabela@gmail.com

2 - Doutoranda, Universidade Federal de Santa Maria-UFSM/Centro Universitário da Região da Campanha-URCAMP

Este trabalho objetivou 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. Os hormônios femininos atuam não apenas no controle do ciclo menstrual, mas também estão relacionados com o desenvolvimento do corpo feminino. Assim, visando a saúde hormonal e menstrual da mulher, são mostradas dicas de como manter-se consciente de seus sintomas e outras ciências por trás do seu ciclo. Salientamos a importância do tema, já que na sociedade atual, falar sobre a menstruação e cuidados necessários ainda é um tabu. Os impactos dos tabus menstruais mais comuns são: desafios relacionados à gestão menstrual, situações adversas relacionadas à saúde reprodutiva, ostracismo social e outras doenças. Assim, consideramos que verificar como as mulheres lidam com seu ciclo menstrual e incentivar a conhecer melhor seu corpo, pode ser útil. Para isso, foi feita uma pesquisa utilizando-se o GoogleForms com perguntas do tipo “Você nota durante o período pré-menstrual mudanças de humor repentinas?”, entre outras. Por meio da divulgação via WhatsApp, coletamos dados de 68 mulheres de São Gabriel, RS. Uma das dificuldades encontradas na coleta de dados foi delimitar a população, visto que a autora deste não reside mais no município, mesmo assim, obtivemos um número de respondentes adequado à proposta do trabalho. A maioria das respondentes tinha entre 15 e 19 anos. Observamos que das 59 mulheres que acompanham seu ciclo, 21 delas apresentam ciclo desregulado, o que pode ser indício de descontrole hormonal. Outro fato relevante à discussão é que 93% das mulheres entrevistadas apresentam sintomas pré-menstruais, e destas, 70% referem que eles passam assim que o período menstrual encerra; segundo o artigo escrito por André B. Veras em 2005, “O padrão de alterações neuroendócrinas relacionadas aos hormônios femininos e o ciclo reprodutivo tornam as mulheres mais vulneráveis a mudanças de humor e sensíveis a fatores sociais, psicológicos e fisiológicos”, correspondendo então aos resultados da pesquisa. Dois dados evidenciam resultados preocupantes: cerca de 46% das respondentes não realizou o exame preventivo, e 80% das mulheres não fazem exames hormonais periódicos. Lembramos, que, de acordo com Veras, “a alta prevalência de transtornos de humor pode ser resultado de mudanças hormonais associadas a um fator genético predisponente”. Espera-se que ao responder o questionário, as mulheres reflitam em colocar seus exames dia, pois as perguntas foram criadas com intuito de lembrar as mulheres sobre a realização do preventivo periódico, e exames hormonais, sendo ótimos indicadores de como prevenir os sintomas durante a TPM. O controle hormonal deve estar sempre em equilíbrio seguindo os padrões de cada período menstrual, havendo descontrole, os efeitos colaterais surgem, e deve ser procurado um profissional da saúde para tratar de forma correta cada caso.

Palavras-chave: Controle hormonal; ciclo menstrual; prestação ao cuidado da saúde.