

A MULHER NO MERCADO DE TRABALHO FRENTE A MENOPAUSA: UM DESAFIO FEMININO WOMEN IN THE JOB MARKET FACING THE MENOPAUSE: A FEMALE CHALLENGE

ISSN: 2595-8704. DOI: 10.29327/2323543.28.1-7

Cristiano de Assis Silva ¹
Bruno de Freitas Santos ²
Edenia Brandão Santos ³

RESUMO

INTRODUÇÃO: O presente buscou identificar os principais sinais e tipos de consequências da menopausa dentro do mercado de trabalho feminino como o adoecimento psicológicos e físico. **PROBLEMA:** De que forma o desrespeito com saúde física, psíquica e emocional das mulheres que estão no mercado de trabalho pode influenciar em sua produção e desenvoltura no mercado de trabalho? **OBJETIVO:** Analisar o relato de experiência de mulheres trabalhadoras em situação fisiológica em período da menopausa. **JUSTIFICATIVA:** Construir uma nova e ampla visão, sobre o valor da mulher dentro do mercado de trabalho, mesmo diante das questões fisiológicas inerentes a sua idade e questões do climatério de ciclos hormonais desafiadores. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma pesquisa de natureza qualitativa, com abordagem aplicada e enfoque descritivo, onde foram elaborada um questionário com 8 questões estruturadas e fechadas com mulheres entre 48 e 54 anos, trabalhadoras, de várias etnias e inúmeras diversidades, estas residenciadas na região metropolitana de Vitória, no Estado do Espírito Santo, Brasil.

PALAVRAS-CHAVE: mulher; menopausa; envelhecimento; trabalho.

ABSTRACT

INTRODUCTION: This study sought to identify the main signs and types of consequences of the menopause in the female labor market, such as psychological and physical illness. **PROBLEM:** How can disrespect for the physical, psychological and emotional health of women in the job market influence their production and resourcefulness in the job market? **OBJECTIVE:** To analyze the experiences of working women in a physiological situation during the menopause. **BACKGROUND:** To build a new and broader vision of the value of women in the job market, even in the face of the physiological issues inherent to their age and the climacteric issues of challenging hormonal cycles. **METHODOLOGY:** This is a qualitative study, with an applied approach and a descriptive approach, in which a questionnaire was drawn up with 8 structured and closed questions with working women aged between 48 and 54, of various ethnicities and countless diversities, living in the metropolitan region of Vitória, in the state of Espírito Santo, Brazil.

KEYWORDS: woman; menopause; aging; work.

¹ Pós Doutor em Ciências da Educação. Doutor em Ciências da Saúde Coletiva. Mestre em Ciências da Educação pela ACU – Absoulute Christian University. **E-MAIL:** cristiano.wc32@gmail.com. **CURRÍCULO LATTES:** lattes.cnpq.br/7723981451094769. **ORCID:** orcid.org/0000-0001-9143-4848

² Mestre em Ciências da Educação pela ACU – Absoulute Christian University. **E-MAIL:** brunofreitas2017@outlook.com.br. **CURRÍCULO LATTES:** lattes.cnpq.br/8624648555654769

³ Graduação Em Licenciatura Em Pedagogia. Faculdade Evangélica Do Piauí, FAEPI. **E-MAIL:** edeniabrandao2011@hotmail.com. **CURRÍCULO LATTES:** lattes.cnpq.br/4237320967574964

INTRODUÇÃO

O presente buscou identificar os principais sinais e tipos de consequências da menopausa dentro do mercado de trabalho feminino como o adoecimento psicológicos e físico. O término do ciclo fértil das mulheres está historicamente atrelado a sua capacidade reprodutiva, mas não é o fim da vida pessoal e profissional de milhares de mulheres que estão inseridas no mercado de trabalho. O início de um novo processo e uma nova transição que precisa ser tratada com estudos, pesquisa e respeito. Onde vivemos situações de mulheres, atuantes que agem no corpo e no comportamento das mulheres que passam pela sociedade que ainda está pautada na violência e no machismo ao longo de toda uma história. Onde se aborda as questões da saúde física e emocional de milhares de mulheres que estão inseridas dentro do mercado de trabalho dominado em sua maioria por homens, vítimas todos os dias da omissão e ficando as margens da negligências social.

É necessário consolidar uma realidade de forma positiva, para que esse ciclo da mulher seja tratado e visto com maior respeito

Os procedimentos usados para a elaboração desse trabalho é a leitura e a pesquisa, seguida do levantamento bibliográfico de autores, que estão relacionados ao tema.

O referencial teórico dessa pesquisa está embasado nos estudos de pesquisadores, que trazem à tona essa importante discussão sobre a saúde da mulher frente ao trabalho ou profissão desenvolvida.

A coleta de dados ocorreu por meio de leitura e a releitura de obras científicas, com essa temática, sendo transcrita em ideias, que aqui foram desenvolvidas.

PROBLEMA

De que forma o desrespeito com saúde física, psíquica e emocional das mulheres que estão no

mercado de trabalho pode influenciar em sua produção e desenvoltura no mercado de trabalho?

OBJETIVO

Analisar o relato de experiência de mulheres trabalhadoras em situação fisiológica em período da menopausa.

JUSTIFICATIVA

Construir uma nova e ampla visão, sobre o valor da mulher dentro do mercado de trabalho, mesmo diante das questões fisiológicas inerentes a sua idade e questões do climatério de ciclos hormonais desafiadores.

METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa de natureza qualitativa, com abordagem aplicada e enfoque descritivo, onde foram elaborada um questionário com 8 questões estruturadas e fechadas com mulheres entre 48 e 54 anos, trabalhadoras, de várias etnias e inúmeras diversidades, estas residenciadas na região metropolitana de Vitória, no Estado do Espírito Santo, Brasil.

REFERENCIAL TEÓRICO

O mercado de trabalho mundo nos últimos anos e hoje ganhou o brilho, o chame e a elegância das mulheres em muitas áreas que antes era dominada somente por homens. Com isso surgem novos desafios como por exemplo a Menopausa é um período na vida da mulher em que ela para de menstruar permanentemente. E isso, implica uma certa irritabilidade que pode afeta a qualidade e a produção do trabalho nas mais diversas áreas das profissões existentes. Como apontaram Trench e Santos (2005): “Na vida das mulheres existem marcos concretos e definitivos

que sinalizam diferentes fases ou passagens de suas vidas” (p. 91)

Desse modo, é preciso que haja por partes das empresas, repartições públicas e todos os demais setores que empregam um certo olhar para essa condição, valorizando essa profissional que está inserida em funções importantes, e que no presente momento não está 100% do equilíbrio físico, sentimental e emocional.

Em termos clínicos, esse estágio da vida reprodutiva das mulheres pode inferir no humor dessas milhares de mulheres que estão inseridas no mercado de trabalho, e que são peças importante na roda da economia do mercado globalizado. Silva (2006) afirmou que “o climatério e a menopausa são alguns dos processos pelos quais todas as mulheres vão passar e precisam ser compreendidos em seus sinais e sintomas” (p. 19).

A menstruação faz parte do ciclo da vida das mulheres e junto com ela podem ser acarretados vários outros sintomas, que na verdade, pode ou não dura dias ou horas. E as empresas precisam de olhar sensível para atender, acolher e respeitar essas mulheres. Segundo dados da Pesquisa Nacional por Amostra por Domicílio (Pnad), o ano de 2023 fechou com o maior número de pessoas ocupadas desde 2012, com 100.984.563 trabalhadores ativos. Um recorde histórico também de ocupação feminina totalizando 43.380.636 mulheres, a frente de 2022 que obteve 42.675.531.

Os sintomas da menopausa, é ciclo natural da vida da mulher e algumas delas podem ou não sofrer mais com alguns incômodos, durante esse período. Desse modo, os órgãos de saúde pública feminina, deveria adotar diretrizes específicas para acolher, tratar e dar suporte necessário para essas mulheres, que se encontram fragilizadas ou vulneráveis nesse período. Silva (2006) enriqueceu a discussão sobre esse termo esclarecendo que ele advém da língua grega (kli-makter-eros), “que denota um período de vida considerado crítico” (p. 19)

Esse período precisa de uma atenção especializada, por parte dos empregadores, pois nos casos mais graves precisa de atendimento médico especializado e afastamento das suas funções empregatícias. Há casos e casos em que algumas mulheres são mais acometidas do que outras, uma vez, que cada organismo reage de certa forma. E isso que pode acontecer muitos anos antes dela).

Clinicamente em sua linguagem à menopausa em si e à pós-menopausa (quando os sintomas geralmente continuam). Trinta e quatro sintomas da menopausa são comumente identificados, alguns físicos (por exemplo, fluxos menstruais intensos ou irregulares, ondas de calor e sudorese noturna, fadiga, insônia e secura vaginal). Esse processo pode ser prejudicial para a execução do trabalho formal ou informal, que essas mulheres desempenham dentro de determinado cargo e profissão.

Alguns sintomas psicológicos podem ser desenvolvidos, tais como (por exemplo, ansiedade e depressão, problemas de memória, perda de confiança, dificuldade de concentração e foco). Isso representa, que a menopausa é um item que precisa de políticas públicas específicas para assegurar os direitos de milhares que precisam de respeito e serem compreendidas nessa fase tão delicada, e que para muitas delas podem ser um gigante desafio na execução das atividades do dia a dia.

Em algum momento durante esse período, a capacidade das mulheres de ter filhos chega ao fim” (p. 434). Para a Organização Mundial de Saúde (1996): A menopausa é a fase da vida da mulher que cessa a capacidade reprodutiva. Os ovários deixam de funcionar e a produção de esteroides e peptídeo hormonal diminui e conseqüentemente se produzem no organismo diversas mudanças fisiológicas, algumas resultantes da função ovariana e de fenômenos menopáusicos a ela relacionados e outros devido ao processo de envelhecimento. Quando se aproxima da menopausa, muitas mulheres experimentam certos sintomas, em geral passageiros e inócuos, porém não menos

desagradáveis e às vezes incapacitantes (p. 1)

A combinação de sintomas físicos e psicológicos podem acartar vários outros problemas, que podem inferir na qualidade do trabalho que essas mulheres vêm desenvolvendo ao longo da sua vida profissional. Tais sintomas podem tornar debilitantes as suas ações do dia a dia dentro e fora do trabalho.

Os sintomas da perimenopausa podem “comprometeram severamente a qualidade de vida”, de mulheres, que ainda dentro de um sistema trabalhistas governado em sua maioria por homens, sofrem com o preconceito, a discriminação e muitos tabus, difíceis de serem quebrados ao longo da história da humanidade. Mucida (2006) ressaltou que foi Charles Pierre de Gardamme, em 1816, que “menopausa” é a cessação de atividade reprodutora a partir do término da ovulação.” (p. 162).

O mercado de trabalho ao longo da história da humanidade dominada por homens machistas e que sempre enxergaram a maioria das mulheres como objetos sexuais ou meras reprodutoras de filhos não aceitam, não compreendem ou simplesmente ignoram essa fase da mulher.

Atualmente as mulheres ocupam muitos cargos de alta liderança, mas junto com tudo isso se enfrentam vários preconceitos, tabus e dificuldades para conciliar carreira de mulher funcionaria, mulher empresária, mulher esposa e o maior desafio o papel múltiplo da maternidade.

A realidade das mulheres dentro e fora dos espaços de trabalho é ainda de exclusão e de segregação social que ao longo dos anos teve avanços significativos, porem há ainda muitos retrocessos.

O mercado exige muito mais do que persistência e determinação exige a aceitação. No entanto o mercado de trabalho, ainda precisa de clausulas específicas para as questões que envolve a menopausa, para que essa

funcionária se sinta valorizada e acolhida nesse momento de sensibilidade e de mudança de humor.

a beleza como a preservação exclusiva da juventude... torna as mulheres vulneráveis ao medo de envelhecer... As pressões sociais implacáveis para manter uma aparência elegante e jovial tornam as mulheres autoconscientes a respeito de seus corpos... [e] podem ser prejudiciais para o desenvolvimento e o senso de valor próprio das mulheres de meia-idade (Lenz, 1993, pp. 26-28).

Entre os 45 e 55 anos em média, quando chega a menopausa, muitas mulheres estão no auge da carreira pessoal e profissional, uma fase que é marcada por momentos felizes, de produtivas, e de inúmeros planos pessoais e profissionais e que de certa maneira podem ser abaladas pelas questões da menopausa e de suas consequências.

O desafio da vida social, sexual e profissional é sempre intensa, e quando se trata das mulheres isso ganha maior intensidade para que as mesmas vençam os inúmeros obstáculos, que aparecem a curto, médio e longo prazo.

A menopausa afeta a rotina de trabalho e impacta na condução da carreira todos os dias de milhares de mulheres nos diferentes tipos de profissões existentes. Papalia e Olds (2000):

“há maior probabilidade de os problemas psicológicos na meia-idade serem causados pela atitude do que pela anatomia, e principalmente pela visão negativa do envelhecimento por parte da sociedade” (p. 434).

Os problemas mais comuns da menopausa podem causar irritabilidade/intolerância, falta de concentração/memória e medo. E todos, esses sentimentos são comuns a todo e qualquer ser humano, mas que nas mulheres ganham uma certa intensidade e

com agravamentos maiores e que piora a qualidade de vida dessas profissionais.

O ambiente de trabalho, por si só é carregado por elevados níveis de irritabilidade e dependendo do tipo de profissão isso, pode ganhar maior intensidade.

E dentro dessa sociedade do vai e vem, percebe-se que a irritação e a falta de paciência se tornaram problemas mundiais, e que precisam de uma atenção especializada para essas questões, que afetam a todos diretamente ou indiretamente.

O foco e a concentração no trabalho são ingredientes chave para a realização de toda e a qualquer atividade profissional com excelência e com qualidade. O estresse causado pela situação de trabalho afeta a todos, e isso aliado com as consequências da menopausa, ficam muito mais acentuadas. Esse ciclo vicioso, vem se repetindo com danos a qualidade do trabalho e da qualidade de vida dessas mulheres, que representam a figura de guerreiras e de incansáveis lutas e batalhas por dignidade e espaço dentro de uma sociedade de poucos e para poucos.

Entretanto, as mulheres são especialmente prejudicadas. No homem, o cabelo grisalho, a pele mais áspera e os “pés-de-galinha” são com frequência vistos como indicadores de experiência e conhecimento profundo; nas mulheres, eles são binômio de ter “passado da curva”. Essas mudanças numa esposa têm maior probabilidade de afetar a responsabilidade sexual do marido a ela do que viceversa. Uma vez perdida a aparência de juventude, perdeu-se também (aos olhos de muitos homens) o valor como parceira sexual e romântica. (Papalia & Olds, 2000, p. 437).

Estudos recentes têm revelado, que a menopausa é um atestado de incapacidade física e mental, o que deixa a mulher vulnerável a várias situações do dia a dia no trabalho e da vida doméstica em meio a tantos desafios a serem enfrentados e encarados todos os dias. Isso, implica que falta uma certa

compreensão e entendimento por parte de todos que lidam diretamente ou indiretamente com esse público todos os dias.

A ansiedade, a instabilidade emocional, as dificuldades de concentração e, conseqüentemente, menos produtividade afeta a todos, no entanto o público feminino enfrenta em todos os ciclos da vida produtiva e reprodutora esse turbilhão de sentimentos e de sensações, sob uma ótica diferenciada e com maior peso.

Ao envelhecemos, seja na vida pessoal ou na vida profissional e quando se trata das muitas mulheres, isso pode ganhar dimensões diferentes dentro ou fora do mercado de trabalho. A menopausa e os seus efeitos, não é uma escolha é uma condição que é inevitável no corpo feminino, onde em algumas mulheres tem maiores impactos com marcas profundas.

O declínio de determinados hormônios, são capazes de desencadear vários distúrbios e comportamentos nas ações e no comportamento das mulheres em específicos. Tais, sintomas dessa fase provocam, dezenas de efeitos físicos e emocionais indesejados, mas têm tratamento medicamentoso nos casos mais graves, em que essas mulheres precisam de maior atenção e intervenção para se sentir bem e realizar suas profissões.

Depois de acometidas por tais efeitos é possível sim recuperar a qualidade de vida, a saúde e viver produtivamente após o início, durante e o término da menopausa. Que precisa ser encarada com respeito e sensibilidade, e acima de tudo com conhecimento na área. Um período inevitável da condição feminina, mas totalmente controlável, e que os órgãos e as repartições públicas em que as mulheres, estão inseridas precisa de serem compreendidas. “as mulheres nessa época estão passando por mudanças nos papéis, relacionamentos e responsabilidades” (Papalia & Olds, 2000, p. 434)

A carreira profissional das mulheres não pode ser medida e nem calculada por condição física ou hormonal. A menopausa não desqualifica o papel e a função das mulheres dentro do mercado de trabalho, o

maior vilão aqui é o desrespeito, a ignorância e a negligência frente a todo esse estado.

É ressignifica os conceitos que foram criados em cima da menopausa e a partir daí criar possibilidades de valorizar essas importantes profissões exercidas com tanto afino, sensibilidade e charme por milhares de mulheres que estão inseridas dentro desses diferentes tipos de mercado.

O futuro da mulher no mercado de trabalho, podem até parecer ser incerto em muitas realidades, porém vitórias significativas já foram alcançadas. O que precisa são de novas perspectivas, onde a própria se defina como independentemente das condições sociais, dos tabus e dos muitos estereótipos.

Tomar novas rédeas da própria vida e da própria carreira da mulher é necessário para que sejam traçadas novas diretrizes para a valorização e para o real papel da mulher dentro desse novo mercado de trabalho.

O preconceito, os estereótipos e tabus envolvidos no mercado de trabalho feminino sempre existiram, pois historicamente e culturalmente falando fomos moldados e lapidados, dentro de uma sociedade de domínio dos homens autoritários e egoístas. Papalia e Olds (2000),

“há maior probabilidade de os problemas psicológicos na meia-idade serem causados pela atitude do que pela anatomia, e principalmente pela visão negativa do envelhecimento por parte da sociedade” (p. 434).

A menopausa não pode ser uma barreira, mas precisa ser um degrau para subir de nível na categoria do respeito e da desvalorização do público feminino frente a tantas situações contraditórias e adversas.

A idade, o envelhecimento e o declínio gradual de hormônios, como estrogênio, progesterona e testosterona, para as mulheres são barreiras difíceis de serem superadas e vencidas. O início de inúmeras

batalhas hormonais e históricas, que juntas formam uma guerra com várias fases e ciclos.

A menopausa é atingida no auge de toda força e garra da mulher, que junto com elas surgem várias mudanças comportamentais que irão impactar positivamente ou negativamente no mercado de trabalho.

Ainda assim, cerca de 1% de mulheres passam pela menopausa antecipadamente (antes de 45 anos) ou pela menopausa precoce (antes dos 40 anos). E para a empresa, o órgão de trabalho em que ela está inserida precisa do tratamento e acolhimento adequado para essas condições. “lutará com unhas e dentes para os conservar; lutará também ferozmente, se seus desejos sexuais continuarem vivos” (Beauvoir, 1949/2009, p. 764).

A menopausa no contexto brasileiro, é ainda amplamente vista com muito preconceito e inúmeros outros tabus, que nos cercam de diferentes formas e maneiras, com marcas profundas no físico e no psicológico.

Em termos de diferenças, culturais muitas mulheres na América Latina atingem a menopausa, em média, entre um e três anos mais cedo (Silva & Tanaka, 2013). E com isso, muitos novos problemas surgem numa longa escala de outros problemas que funcionam como um efeito dominó, onde não se tem uma política pública dentro da área da saúde pública, que deem uma assistência e um amparo legal para essas condições, que são tão específicas e particulares de cada um. Trench e Santos (2005) chamam atenção para o fato de a sintomatologia associada a esse período determinado pela OMS (1996) de menopausa poder ser relativizado, uma vez que essa se desenvolverá perante parâmetros sociais, econômicos, culturais e étnicos bastante distintos, o que torna difícil as intervenções.

De acordo com Blümel et al. (2012) a irregularidade menstrual pode ocasionar uma menopausa com graves problemas, e que podem afetar

as relações sociais e empregatícias, tornando-se um transtorno para o empregado e para o empregador.

Entre as mulheres brasileiras, europeias e asiáticas tais sintomas são “atípicos”, e que nas maiorias das vezes não interfere na qualidade do trabalho e nos comportamentos sociais, mas em outras realidades pode ser mal entendido como uma variação de comportamentos, que se expressam na forma de irritabilidade, depressão e ansiedade, e físicos, como dores musculares e nas articulações e exaustão (Silva & Tanaka, 2013).

O próprio contexto sociodemográfico, econômico e cultural em que essas mulheres vivem podem ser uma forma de violência contínua e histórica e que pode trazer uma realidade de cicatrizes bem profundas no físico e no espiritual delas (Silva & Tanaka, 2013, p. 68). Os fatores contextuais relacionados, que se repetem na literatura incluem a baixa educação e o baixo patamar.

Outros pontos também precisam ser levados em consideração como os socioeconômicos, assim como variáveis geográficas, como as altas altitude e temperatura - todas elas colaboram para intensificar os sintomas, o que precisam de uma atenção específica para os casos mais graves e preocupantes (Barazzetti et al., 2016).

Essas descobertas dentro da saúde pública, servem de suporte para se traçar novas diretrizes para o mercado de trabalho, que ainda trata a mulher com certo desprezo e negligência, e com enormes resistências que são culturais e históricas em aceitar tais mulheres no mercado de trabalho, que anteriormente eram dominados por homens.

“A crise da menopausa corta em dois, brutalmente, a vida feminina; é essa descontinuidade que dá à mulher a ilusão de uma “vida nova”; é outro tempo que se abre diante dela” (Beauvoir, 1949/2009, p. 764).

As questões fisiológicas da menopausa em níveis flutuantes de hormônios que estão numa explosão imensa, precisa de intervenções para oferecer a essas mulheres uma vida com maior qualidade e respeito. (Atkinson, Beck, Brewis, Davies, & Duberley, 2021, p. 51).

Já, as mulheres das camadas sociais menos favorecidas e com menor nível socioeconômico e baixos níveis de escolaridade, sofrem ainda mais, por não terem o tratamento devido para as condições de saúde que podem ser agravadas em níveis maiores (Amaral et al., 2018, 2019).

A interrupção no trabalho em decorrência de ondas de calor e sudorese noturna, não é bobagem, nem besteira como muitos ignorantes ainda enxergam essas mulheres, que nesse ciclo precisam de cuidados e uma certa sensibilidade nesse período tão difícil complexo. A Blümel et al. (2011).

Prescrever tratamento medicamentoso pode ser uma saída para muitas dessas mulheres, que precisam apoiar e de demais redes parceiras como o trabalho e própria família, em especial os conjugues. (Hillman, Shantikumar, Todkill e Dale 2020).

Quando a ciência se detém a falar da menopausa, seu discurso não almeja outra coisa: controlá-la e silenciá-la. Não obstante a reposição hormonal, controlando muitos dos efeitos da menopausa, não pode anular a incidência desse significativo sobre os sujeitos. (Mucida, 2006, p. 163)

Os tratamentos podem vir na forma de adesivos cutâneos. Pílulas que se propagam como poderosas, para oferecer uma certa qualidade e alívio para que elas consigam desenvolver as suas respectivas funções dentro de cada profissão.

Para Giron, Fonsêca, Berardinelli e Penna (2012) a transição da menopausa pode ser especialmente difícil, complexas e carregadas de enormes transtornos e marcas que podem deixar cicatrizes amargas durante a vida dessa mulher.

Desse modo, as cargas exaustivas de trabalho e as rotinas física e psicológica extenuantes podem ser gigantes desafios para essas guerreiras, que estão inserida dentro e no mercado de trabalho, mesmo com tantas situações adversas e machistas que acompanham ao longo da humanidade” (Giron et al., 2012, p. 746).

Para Fonsêca et al. (2014), a qualidade de vida de mulheres de maneira mais ampla e duradoura torna-se um desafio dentro de um período tão difícil e conturbado, com isso, o contexto laboral não é o foco central. O número de entrevistadas é também baixo, mesmo para um projeto qualitativo.

Em que ao trabalhar em determinadas funções isso pode se agravar para serviços frequentemente, de baixo status e precariamente remunerados, como uma saúde que, não lhe dá o suporte necessário para uma vida mais tranquila. Os serviços sociais de saúde básica precisam de maior qualificação e assistência para o apoio, orientação e, reparos da saúde duradoura dessas mulheres (Silva, 2019).

Os sintomas visíveis como fluxos intensos durante a menstruação, ondas de calor, esquecimento ou irritabilidade, dificuldades pontuais no trabalho não podem ser tratadas como bobagens mais com respeito por parte de todos os que estão envolvidos dentro do processo, desde a família até o grupo de trabalho (Atkinson, Carmichel, & Duberley, 2021;)

Os locais de trabalho podem se tornar os piores lugares, especialmente quando próximos a alta temperatura, umidade, ambientes secos ou malventilados, ruídos, falta de acesso à água potável refrigerada, uniformes ou roupas de trabalho pesados, restritivos e/ou sintéticos e instalações sanitárias precárias, bem como atividades fisicamente exigentes. Todo esse cenário precisa de estudos e de assistência médica e de outros profissionais que trabalham em concomitância com essas importantes áreas da saúde feminina, na forma de políticas públicas, para que elas têm uma certa qualidade e dignidade dentro do trabalho. (Putnam & Bochantin, 2009).

Seja, no trabalho no setor informal, forma os problemas apareceram cedo ou tarde mesmo em meio a um turbilhão de sentimentos, em ações e de hormônios. A própria constituição Federal dentro das leis trabalhistas precisam dar essa proteção trabalhista em tal contexto de exclusão, segregação e machista e incompreensão social.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

PERGUNTA 1. Você sentiu em seu local de trabalho algum tipo de indisposição devido a menopausa?

Segundo o Ministério da Saúde 2008, apesar da diminuição nas taxas de estrogênio ser um fator constatado entre mulheres que passam pela menopausa em diferentes partes do mundo, na Ásia e na África tal fenômeno não apresenta qualquer manifestação clínica. Este panorama coloca em questão a universalidade da prescrição da reposição hormonal para tratar tantos sintomas diferentes, que vão desde fogachos, labilidade emocional, baixa autoestima, dificuldade para tomar decisões, insônia e até a perda de memória. Das 5 entrevistadas, 100% relatam que sentiram várias indisposições no trabalho.

PERGUNTA 2. No seu trabalho sentiu sintomas da menopausa como: calor, frio ou irritação?

Das 5 entrevistadas, 100% relatam que sentiram vários sintomas no trabalho sendo estes e outros. A complexidade de modos de envelhecer no corpo feminino é reduzida ao hormônio estrógeno. Isso significa que a condição da mulher se torna limitada a seus hormônios, cuja ausência ou diminuição traduz a incapacidade de a mulher cumprir o seu papel que, além da fertilidade, é o de dar prazer ao homem. A mulher é representada nos discursos de verdade, a partir de então, por uma série de sintomas associados à falta de hormônios: irritabilidade, perda do “desejo sexual”, um corpo pouco atraente que perde a viscosidade e se resseca (TÓTORA, 2008).

PERGUNTA 3. No seu trabalho sentiu-se emotiva ou chorosa em momentos fisiológicos da menopausa?

Na menopausa, com a falência ovariana, se estabelece um novo ciclo em que se manifestam condições fisiológicas importantes. Portanto, a menopausa não é uma doença, mas pode desencadear sinais e sintomas que necessitam de controle e avaliação, visando garantir a qualidade de vida no processo de envelhecimento feminino (Lorenzi, Catan, Moreira & Àrtico, 2009; Ferreira, Chinelato, Castro & Ferreira, 2013). Das 5 entrevistadas, 80%, ou seja, 4 mulheres relatam que se sentiram extremamente emotivas e chorosas por pequenos motivos ou até mesmo banais, mas que a emoção e sensibilidade ficam afloradas nesse período.

PERGUNTA 4. Você procurou ginecologista para atendimento diante da menopausa?

Das 5 entrevistadas, 100% relatam que marcaram consultas e tiveram que se afastar do trabalho no dia da consulta por algumas horas. O corpo das mulheres é compreendido como hormonal, logo, a diminuição dos hormônios na velhice seria causa de diferentes problemas de saúde (Martin, 1997). Enquanto a oscilação hormonal natural do corpo da mulher se configura como um problema médico, a reposição hormonal é apresentada como solução. Os hormônios, então, aparecem não como elemento que promove a volta do fluxo do sangue, mas aquele que retoma o equilíbrio do corpo feminino. No diálogo reproduzido a seguir, um médico enumera diferentes transtornos provocados pela diminuição dos hormônios durante o processo da menopausa e explica como a reposição hormonal poderia tratar cada um deles.

PERGUNTA 5. Realizou reposição hormonal?

Os hormônios, quando não estão bem “balanceados”, provocariam calores, problemas na libido, osteoporose, problemas cardíacos, secura vaginal etc., o que induz a busca por orientação médica para que o corpo alcance novamente o equilíbrio supostamente perdido com a

menopausa e o processo de envelhecimento. Assim, a terapia de reposição hormonal teria a capacidade de trazer de volta a juventude perdida, retardando o envelhecimento. A medicalização da menopausa abriu um enorme mercado para a indústria farmacêutica, e com isso, os efeitos da menopausa se transformaram em defeitos (Medeiros, 2004; Oudshoorn, 1994). Das 5 entrevistadas, 100% relatam que fizeram reposição de hormônios para melhoria dos sintomas do climatério.

PERGUNTA 6. Fez acompanhamento com Enfermeiros para palestra e entendimento da menopausa?

Das 5 entrevistadas, 100% não fizeram e relatam que evitaram se ausentar por motivo e medo de sofrer consequências e problemas no trabalho. O enfermeiro, por ter mais contato e mais oportunidades de conviver com as mulheres, nos momentos da prevenção do câncer do colo do útero e da mama, pode atuar com mais condições para orientá-las em todas as etapas da vida (BERNI E KOHLRAUSCH, 2007).

PERGUNTA 7. Fez acompanhamento nutricional para melhorar sintomas da menopausa?

Os benefícios de uma boa alimentação durante a menopausa vêm assumindo expressiva importância, uma vez que esta fase compreende um período relativamente longo na vida da mulher e um acompanhamento nutricional correto parece possuir um papel fundamental sobre sua saúde. Além disso, a literatura científica tem demonstrado a relação de determinados padrões alimentares com a saúde do indivíduo, tanto como fator de proteção quanto de risco para comorbidades (Hoffmann, et al., 2015). Das 5 entrevistadas, 100% não fizeram e relatam que evitaram se ausentar por motivo e medo de sofrer consequências e problemas no trabalho.

PERGUNTA 8. Fez acompanhamento psicológico?

Das 5 entrevistadas, 100% não fizeram e relatam que evitaram se ausentar por motivo e medo de sofrer consequências e problemas no trabalho. Segundo

Bayer,2012, neste fragmento da campanha, a menopausa é descrita como um período conturbado e perigoso para a vida da mulher. Apesar de mudanças nos afetos, irritabilidade, depressão e ansiedade serem relatadas em diferentes períodos da vida de mulheres e homens, não é incomum que sejam associadas tanto à tensão pré-menstrual (TPM) quanto à menopausa. Nessa lógica, a oscilação dos hormônios está associada ao equilíbrio físico e emocional da mulher.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A menopausa constitui para a realidade da mulher, mas que precisa ser encarada e tratada com respeito por meio da sociedade, do ambiente de trabalho, por seus parceiros e por si mesma, sendo um período que é demarcador biopsicossocial do envelhecimento, na medida em que tanto as mulheres que já haviam passado por esse período, e que pode ser tão difícil e complexo de ser encarado e desafiado todos os dias. Uma fase que atravessavam todos os demais ciclos da vida da mulher dentro e fora do mercado de trabalho. Onde é vivenciado em termos de mudanças corporais, traduzidas pelas marcas deixadas pelo envelhecimento, e acompanhadas de muitos outros sintomas como a depressão e um turbilhão de novos sentidos que precisam ser ressignificados por mesma e pelos próprios órgãos de saúde feminina. As mulheres tem o desafio de não apenas lidar com a questão da decrepitude do corpo e da finitude, mesmo em com os preconceitos e com as muitas violências que a cerca. Desse modo, quando o envelhecimento, a menopausa e o mundo do trabalho são degraus a serem vencidos fisicamente, instaura-se através das transformações corporais, impõe limitações às realizações pessoais até então possíveis.

A partir do que foi investigado e exposto, ficou evidenciado que, no presente tempo da sociedade feminina dentro do mercado de trabalho, há ainda a muito ser feito e desconstruídos ao longo da história, tendo

como base o respeito a figura da mulher frente a tantas posições que a mesma ocupa da vida pessoal e profissional, vale ressaltar que é importante procurar ajuda de profissionais essenciais para o diagnóstico, tratamento para melhoria de sintomas e questões alimentares e de cunho psicológico, além de informações primordiais para o saber lidar, acompanhar e melhorar diante do quadro fisiológico da menopausa.

REFERÊNCIAS

AMARAL, I. C. G. DE A., BACCARO, L. F., LUI-FILHO, J. F., OSIS, M. J. D., ORCESI, A., & Costa-Paiva, L. **Fatores associados ao conhecimento sobre menopausa e terapia hormonal em mulheres brasileiras de meia-idade: inquérito domiciliar de base populacional.** Menopausa, 2018

AMARAL, I. C. G. DE A., BACCARO, L. F., LUI-FILHO, J. F., OSIS, M. J. D., ORCESI, A., & Costa-Paiva, L. **Opiniões e principais fontes de informação sobre a menopausa entre mulheres brasileiras de meia-idade.** Menopausa, 2019

ATKINSON, C., BECK, V., BREWIS, J., DAVIES, A., & DUBERLEY, J. **Menopausa e local de trabalho: novos rumos na pesquisa e na prática de RH.** Diário de Gestão de Recursos Humanos, 2021.

ATKINSON, C., CARMICHAEL, F., & DUBERLEY, J. **O tabu da menopausa no trabalho: examinando as experiências incorporadas das mulheres na menopausa na força policial do Reino Unido.** Trabalho, Emprego e Sociedade, 2021

BARAZZETTI, L., PATTUSSI, MP, GARCEZ, A. S., MENDES, K. G., THEODORO, H., Paniz, V. M., & Olinto, M. T. A. **Distúrbios psiquiátricos e sintomas da menopausa em mulheres brasileiras.** Menopausa, 2016.

Bayer 18 de outubro - **Dia Mundial da Menopausa.** [Arquivo de vídeo]. 2012. <https://www.youtube.com/watch?v=kQ-tZWkmgSg> acesso em 24/06/2024.

BERNI, N.I. O.; LUZ, M. H.; KOHLRAUSCH, S. C. **Conhecimento, percepções e assistência á saúde da mulher no climatério.** Revista Brasileira de Enfermagem v.60, n.3, Mai/Jun., 2007.

BLÜMEL, J. E., CHEDRAUI, P., BARON, G., BELZARES, E., BECOSME, A., CALLE, A., ... Valjejo, M. S. **Um grande estudo multinacional sobre a duração da prevalência**

dos sintomas vasomotores e o impacto na qualidade de vida em mulheres de meia-idade. Menopausa, 2011

BLÜMEL, J. E., CHEDRAUI, P., BARON, G., BELZARES, E., BECOSME, A., CALLE, A., ... Vallejo, M. S. **Os sintomas da menopausa aparecem antes da menopausa e persistem 5 anos depois: uma análise detalhada de um estudo multinacional.** Climatério, 2012

BUTLER, C. **Gerenciando a menopausa através do “trabalho de abjeção”: quando os seios podem se tornar embaraçosamente úteis, novamente.** Trabalho, Emprego e Sociedade, 2020.

BEAUVOIR, S. **A velhice.** Rio de Janeiro: Nova Fronteira. Beauvoir, S. O segundo sexo (S. Milliet, Trad.). Rio de Janeiro: Nova Fronteira. (Original publicado em 1949), 1990.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Manual de Atenção à Mulher no Climatério/Menopausa.** 2008. <https://bit.ly/3h9Oqk7> » <https://bit.ly/3h9Oqk7>, acesso em 24/06/24.

CHEDRAUI, P., BLÜMEL, J. E., BARON, G., BELZARES, E., BECOSME, A., CALLE, A., ... VALLEJO, M. S. **Qualidade de vida prejudicada entre mulheres de meia idade: um estudo multicêntrico latino-americano.** Maturitas, 2008.

Ferreira, V.N., Chinelato, R.S.C., Castro, M.R., & Ferreira, M.E.C. **Menopausa: Marco Biopsicossocial do Envelhecimento Feminino.** Psicol. Soci., 2013.

FONSÊCA, T. C., GIRON, M. N., BERARDINELLI, L. M. M., & PENNA, L. H. G. **Qualidade de vida de profissionais de enfermagem climatérica.** Reverendo René, 2014

GIRON, M. N., FONSÊCA, T. C., BERARDINELLI, L. M. M., & PENNA, L. H. G. **Repercussões do climatério entre enfermeiras: um estudo exploratório.** Online Revista Brasileira de Enfermagem, 2012.

GRIFFITHS, A., COX, S., GRIFFITHS, R., & WONG, V. **MULHERES POLÍCIAS: ENVELHECIMENTO, TRABALHO E SAÚDE.** Relatório para a Associação Britânica de Mulheres Policiais, Instituto de Trabalho, Saúde e Organizações, Universidade de Nottingham, Reino Unido. 2006.

HIGH, RV e MARCELLINO, P. A. **Mulheres na menopausa e o ambiente de trabalho.** Comportamento Social e Personalidade, 1994.

HILLMAN, S., SHANTIKUMAR, AR, TODKILL, D., & DALE, J. **Status socioeconômico e prescrição de TRH: um estudo de dados em nível de prática na Inglaterra.** Jornal Britânico de Prática Geral, 2020.

Hoffmann, M. et al. **Padrões alimentares de mulheres no climatério em atendimento ambulatorial no Sul do Brasil.** Ciência & saúde coletiva, v. 20, 2015. https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232015000501565&lng=pt&tlng=pt. Acesso em 24.06.24

KITTELL, LA, MANSFIELD, PK e VODA AM. **Manter as aparências: o processo social básico da transição da menopausa.** Pesquisa Qualitativa em Saúde, 1998.

KRONENBERG, F. **Ondas de calor: Epidemiologia e fisiologia.** Anais da Academia de Ciências de Nova York, 592, 52-86. doi: 10.1111/j.1749-6632.1990.tb30316.1990.

LENZ, E. **Mirror, mirror...: One woman's reflections on her changing image.** Modern Maturity, 1993.

LORENZI, D.R.S., CATAN, L.B., MOREIRA, K., & ÀRTICO, G.R. **Assistência à mulher climatérica: novos paradigmas.** Rev Bras Enferm. 2009.

MARTIN, E. **Medical metaphors of women's bodies: menstruation and menopause.** In K. Conboy, N. Medina & S. Stanbury (Orgs.), Writing on the body: female embodiment and feminist theory. Columbia University Press. 1997.

MEDEIROS, P. F. **A diversidade em saúde para corpos femininos.** In: M. N. Strey & S. T. L. Cabeda (Orgs.), Corpos e subjetividades em exercício interdisciplinar (pp. 267287). EDIPUCRS. 2004.

MUCIDA, A. **O sujeito não envelhece: psicanálise e velhice.** (2ª ed.). Belo Horizonte: Autêntica. 2006.

PRUSA, A., & PICANÇO, L. (EDS.). **Um Instantâneo da Situação da Mulher no Brasil,** Washington, EUA: Brazil Institute - Wilson Center. 2019.

PUTNAM, LL E BOCHANTIN, J. **Corpos de gênero: Negociando normalidade e apoio.** Pesquisa em Negociação e Gestão de Conflitos, 2009.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Investigaciones sobre la menopausia em los años noventa (Serie de Informes Técnicos, Vol. 866).** Ginebra: Author. 1996

OUDSHOORN, N. **Beyond the natural body: an archeology of sex hormones** Routledge. 1994.

PAPALIA, D. E. & OLDS, S. W. **Desenvolvimento humano** (D. Bueno, Trad., 7ª ed.). Porto Alegre: Artes Médicas Sul, 2006.

PAPALIA, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. **Desenvolvimento humano** (D. Bueno, Trad., 8ª ed.). Porto Alegre: Artmed. 2006.

REIS, A. P. M. BARBOSA et al. **Inscrições corporais e menopausa: signos da “meia-idade” numa perspectiva antropológica.** (Orgs.), Interfaces – Gênero, sexualidade e saúde reprodutiva (pp. 207-243). Campinas, SP: Ed. da UNICAMP. 1999.

SILVA, R. B. R.. **A mulher de 40 anos: sua sexualidade e seus afetos.** Belo Horizonte: Gutenberg. 2006.

SILVA, A. R. DA, & TANAKA, A. C. D’A. **Fatores associados à gravidade dos sintomas da menopausa em mulheres brasileiras de meia-idade da Amazônia Ocidental brasileira.** Maturitas, 2013.

SILVA, M. C. **Racismo contemporâneo, sexismo e trabalho escravo.** In: Prusa, A. e Picanço, L. (eds) Um Instantâneo da Situação da Mulher no Brasil 2019, Washington, DC.: Wilson Center, pp.

TÓTORA, S. **Apontamentos para uma ética do envelhecimento.** Revista Kairós, 2008.
<https://bit.ly/3l4JnCR> » <https://bit.ly/3l4JnCR>, acesso em 24/06/24.

TRENCH, B. & SANTOS, C. G. **Menopausa ou menopausas?** Saúde e Sociedade, Janeiro/abril, 2005.

VÉLEZ, MP, ALVARADO, BE, SENHOR, C., & ZUNZUNEGUI, M. V. **Adversidades socioeconômicas ao longo da vida e idade da menopausa natural em mulheres da América Latina e do Caribe.** Menopausa, 2010.