

# VIVENCIANDO O CLIMATÉRIO: O CORPO EM SEU PERCURSO EXISTENCIAL À LUZ DA FENOMENOLOGIA

Roselane Gonçalves  
Miriam Aparecida Barbosa Merighi

## Resumo

Buscando compreender a vivência do climatério realizamos pesquisa qualitativa de abordagem fenomenológica. As entrevistas foram realizadas com sete mulheres, entre 48 e 55 anos de idade, que apresentaram menopausa espontânea. Para desvelar a essência do fenômeno **ser mulher vivenciando o climatério** elaboramos a questão norteadora: *Fale-me, como é para você estar vivenciando o climatério?* Dos depoimentos emergiram as Unificações Ontológicas: **percebendo mudanças no seu corpo, vivenciando sentimentos de ambigüidade, conscientizando-se do mundo por meio do corpo no tempo e no espaço, refletindo sobre a sexualidade e reconhecendo novas maneiras de co-existir no mundo**, que foram analisadas e interpretadas à luz do referencial teórico filosófico de Maurice Merleau-Ponty. Os resultados do estudo culminaram na elaboração de pressupostos para a pesquisa, o ensino e a assistência à mulher climatérica, que vão além do biológico, contemplando a dimensão humana existencial.

**Palavras-chaves:** Climatério. Meia-idade. Fenomenologia.

## Abstract

### EXPERIENCING THE CLIMACTERIC: THE BODY IN ITS EXISTENTIAL COURSE UNDER THE LIGHT OF THE PHENOMENOLOGY

Trying to understand the climacteric experience, We have accomplished qualitative survey of phenomenological approach. The interviews were accomplished with seven women, aged between 48 and 55, who have presented spontaneous menopause. In order to unveil the essence of the phenomenon "being woman experiencing the climacteric", We have prepared the guiding question: *Tell me, how it sounds to you to be living the climacteric?* Ontological Unifications arose from the testimonies: realizing changes in her body, experiencing feelings of ambiguity, becoming aware of the body in space and time, bethinking about the sexuality and recognizing new ways to co-exist in the world, which were analyzed and interpreted under the light of Maurice Merleau-Ponty's philosophical theoretical referential. The results of the study have culminated in the elaboration of presuppositions for the survey, the teaching and support to the climacteric woman, that go beyond the biological, contemplating the existential human dimension.

## INTRODUÇÃO

O *climatério* é um termo comumente usado como sinônimo de *menopausa*, porém este último é um fenômeno que se define retroativamente, pois representa a cessação permanente das menstruações, por um período de doze meses de amenorréia, sendo o resultado da perda da função folicular dos ovários. Assim sendo, o termo climatério é utilizado para definir o período da vida reprodutiva da mulher durante o qual a menopausa ocorre (Aldrighi; Hueb; Aldrighi, 2000; Bortoleto et al., 1999; Souza, 2001).

Em 2001, o Stages of Reproductive Aging Workshop (STRAW), organizado pela North American Menopause Society (NAMS), propôs a divisão do climatério em estágios: a transição menopausal, que vai dos 37 até 46 anos; a perimenopausa, dos 46 aos 50 anos; a pós-menopausa, dos 51 aos 65 anos e a terceira idade, após os 65 anos de idade. A menopausa ocorre, geralmente entre os 48-52 anos. Estas etapas compõem o climatério (NAMS, 2003).

Importante salientar que o climatério pode também ser chamado de perimenopausa. Ele se inicia na pré-menopausa e termina um ano após a menopausa. Esta é a definição proposta pela Organização Mundial da Saúde e diverge da Sociedade Internacional da Menopausa que prolonga a vigência do climatério até a velhice e assinala o fim do período fértil da mulher. A pós-menopausa seria então o período que se segue à menopausa e se prolonga até a velhice, cujo início é impreciso (Bortoletto et al., 1999; Halbe et al., 2002).

A preocupação com a melhoria da qualidade de vida da mulher durante esta fase tem levado, de forma crescente em todo mundo, à elaboração de programas que atendam as necessidades de saúde da população feminina durante o climatério já que não se trata apenas de um problema médico, mas também implica aspectos sócio-econômicos que merecem atenção especial dos governos nos seus programas de prevenção de doenças e promoção da saúde (Aldrighi; Hueb; Aldrighi, 2000).

No que diz respeito à ampliação do enfoque dado ao climatério, tanto do ponto de vista biológico como da perspectiva sociocultural, devemos considerar que existem períodos de transformações mais aceleradas em que a transição assume caráter de crise e adquire certa radicalidade que a converte em possibilidade de crescimento ou retrocesso, oportunidade ou ameaça. Quase todas as culturas aceitam a existência de crises normais quando se alcança a maturidade sexual. A vivência do climatério também pode ser vista como uma experiência que contribui para a consolidação da existência do ser. Em vez de ser vista como o fim, esta fase da vida da mulher oferece a possibilidade de aprendizado de um novo ritmo, um tempo para experienciar o processo de amadurecimento do corpo (Sand, 1995; Stepke, 1998; Rousseau, 1998; Banister, 2000).

Neste sentido, a pesquisa desenvolvida teve como **objetivo** compreender a vivência do climatério.

Para iniciar uma reflexão sobre a fase da meia-idade vivenciada pela mulher, o climatério, optamos por apreciá-lo, não mais como um processo de vida de um sujeito, mas como um fenômeno que poderá desvelar-se à medida que for interrogado e interrogando-o poderemos satisfazer a ânsia de compreendê-lo sob a ótica dos sujeitos que o experiência.

## ABORDAGEM METODOLÓGICA

Escolhemos o caminho da pesquisa qualitativa e assim o fizemos por entendermos que nesta trajetória encontrar-nos-ia enquanto seres que vivenciam um processo existencial, ao mesmo tempo em que partilham seus anseios com os que se relacionam no dia-a-dia vivenciando a enfermagem.

Com este intuito, por meio da pesquisa de abordagem qualitativa, encontramos o respaldo necessário para a compreensão daquilo que desejamos estudar. Dentro desse contexto, escolhemos o enfoque fenomenológico existencial por acreditar que este abrange o existir humano em sua totalidade e por isso oferece a oportunidade de interpretação da experiência vivida.

Na fenomenologia, o método nos conduz a ver o que simplesmente se mostra obscuro, oculto e do avesso, e esse interrogar fundamenta-se na compreensão das relações que buscamos pôr em “descoberto”, e não simplesmente na explicação casuística dos fatos estudados. Assim, os fenômenos são observados, aproximados, quantas vezes se fizerem necessárias, em todos os sentidos, “andando em volta de” (Pokladek, 2002).

Seguimos os ensinamentos de Maurice Merleau-Ponty porque o mesmo elucida em suas obras questões concernentes à existência do homem, que poderão, de certa maneira, fundamentar a análise compreensiva e interpretativa dos achados deste estudo. Temas como **corpo, mundo, espaço, tempo e liberdade** são trabalhados por Merleau-Ponty e, por sua vez, inerentes à experiência existencial.

### ***Os sujeitos da pesquisa, região de inquérito***

A região de inquérito deste estudo foi constituída por mulheres que estavam vivenciando o climatério, independente da profissão, do nível de escolaridade, da raça ou de qualquer outro atributo, por acreditar que os mesmos não interferirão na experiência do climatério.

Para a coleta de dados deste estudo não se fez necessário definir um local. A região de inquérito, portanto, foi a própria situação em que o fenômeno ocorre, o mundo vida, o período da vida da mulher compreendido entre os 48 e 55 anos de idade.

Dessa forma, foram sujeitos da presente investigação mulheres que incluíam-se na faixa etária estabelecida e que se encontravam em amenorréia há 12 meses ou mais.

O período de coleta de dados foi entre novembro de 2004 a janeiro de 2005. As entrevistas foram agendadas sendo que algumas foram realizadas nas residências das mulheres e outras nas dependências do seu local de trabalho. Direcionamos nossas inquietações para as descrições obtidas nos discursos por meio da proposição da seguinte questão norteadora: Fale-me, como é para você estar vivenciando o climatério?

Foram utilizados sete discursos, sendo que os mesmos foram transcritos integralmente, por uma das autoras, imediatamente após sua coleta, preservando as idéias, a seqüência, a linguagem utilizada pelos sujeitos, bem como erros gramaticais, pausas e repetições. Não apenas as transcrições, mas a leitura dos depoimentos foi efetuada logo após a realização das entrevistas. Demo-nos por satisfeitas no momento em que as descrições das mulheres delinearam a sua vivência, mostrando sinais de desvelamento do fenômeno *ser mulher vivenciando o climatério*, ou seja, atenderam às nossas interrogações em função de seus conteúdos.

No que se refere aos aspectos éticos, considerando o que preconiza a Resolução 196/96, sobre Diretrizes e Normas Regulamentadoras, que trata de pesquisa com seres humanos, as mulheres foram esclarecidas sobre o objetivo da pesquisa, bem como sobre a manutenção do sigilo, do anonimato da sua pessoa e do seu direito de participar ou não da mesma. Após estes procedimentos foi solicitado às participantes a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido para participar de pesquisa científica. O projeto da presente pesquisa foi submetido à avaliação e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo.

A análise dos dados foi norteada pelo referencial teórico-filosófico adotado e, assim sendo, com este olhar, partindo das categorias existenciais propostas por Maurice Merleau-Ponty, citadas anteriormente, iniciamos a leitura e re-leitura dos discursos das mulheres procurando identificar unidades de sentido, isto é, aspectos dos depoimentos que tinham significado para nós, enquanto pesquisadoras, e que respondiam à nossa questão norteadora.

Após a seleção dos trechos de todos os discursos, os mesmos foram agrupados conforme as convergências (aspectos semelhantes). Posteriormente, cada agrupamento revelou um núcleo de pensamento, uma idéia central de todos os trechos ali contidos, que possibilitou a identificação de **cinco** diferentes categorias temáticas, aqui denominadas de **Unificações Ontológicas**, que desvelaram que o ser mulher vivencia o climatério *percebendo mudanças no seu corpo, vivenciando sentimentos de ambigüidade, conscientizando-se do mundo por meio do corpo no tempo e no espaço, refletindo sobre a sexualidade e reconhecendo novas maneiras de co-existir no mundo*.

Após a organização de todos os agrupamentos, procedemos a análise de cada uma das unificações ontológicas, o que, basicamente, compõe a descrição dos resultados obtidos.

Vale salientar que, para a identificação dos discursos das mulheres, utilizamos os nomes fictícios de deusas da mitologia grega.

## **UNIFICAÇÕES ONTOLÓGICAS**

## **1. Percebendo as mudanças no seu corpo**

Ao longo dos discursos das mulheres chamou a atenção o modo como elas percebem os sinais e sintomas e os situam em seus corpos numa condição que, para algumas, significava olhar para novos limites, imbuídas de novas sensações e desconforto:

*“Tem dia que eu acordo e sinto frio, sinto calor [...] um suor que parece que eu entrei embaixo do chuveiro. É um calor muito cruel daqui pra cima (aponta o tronco) e no pé. A gente fica vermelha que nem um camarão. O meu corpo mudou, eu pesava 48 quilos e tô agora com 75. A menopausa faz a gente engordar, começa a aparecer verruga, manchas, a vista fica fraca[...].”* (Ártemis)

*“Eu tive problemas no início da menopausa que era o fogacho, a irritação, o ressecamento vaginal, a insônia [...] eu tive muitos problemas [...] depressão.”* (Hera)

A percepção de que o corpo está mudando e perdendo suas funções fisiológicas, a estabilidade do humor, a beleza, enfim, pode colocar a mulher numa posição estática, como uma máquina que se deteriora dia após dia e para a qual não há conserto. É como se fosse um corpo sem vida, reduzido a uma massa obscura. Como se o que se está analisando se resumisse apenas as partes deste corpo sem considerar o todo indivisível que, em essência, melhor o descreveria.

Merleau-Ponty (1999) afirma que por meio da fisiologia também é possível “encontrar” a existência, ou seja, por meio do entendimento dos processos vividos pelo corpo é possível encontrar o Ser. Desta forma, é desejável que este movimento de perceber-se seja feito a fim de aprender a olhar a existência não somente com os olhos da carne e da mente, mas também com o coração, valendo-se da própria história, deixando-se ser tocada pela vida, independente dos limites e possibilidades. É necessário olhar para a experiência que se está vivenciando e colocá-la como horizonte, destacando as situações vividas enquanto motivadoras de crescimento, de aprendizado.

De qualquer forma, é por meio do corpo que se consegue resgatar a história. Para as mulheres deste estudo, as suas vivências foram acontecimentos passíveis de serem pontuadas quando ancoradas num determinado tempo e lugar.

Merleau-Ponty (1999) afirma que toda a recordação de uma vivência reabre o tempo perdido e nos convida a retomar a situação que ele evoca, levando-nos para o momento específico em que tal situação ocorreu. Dessa forma, o ser-no-mundo reencontra a origem da emoção. Isto se dá porque ele ainda está engajado naquela situação e não consegue enfrentar e/ou abandoná-la. É como se a vida tivesse mudado, mas algo o prendesse ao passado:

*“Se vocêvê uma foto minha quando eu tinha 16 anos e vê agora?! Nossa Senhora! Como muda, muda muito! Eu sempre prestei atenção nisso.”* (Ártemis)

Ao pensar sobre algum assunto específico ou sobre a sua vida, a mulher resgata imagens internas capazes de desencadear lembranças, angústias, alegrias e podendo perceber que esta fase da vida, somada a outras experiências vividas, resulta em mudanças em seu comportamento, na sua postura e no autocuidado. Essas asserções podem ser compreendidas a seguir:

*“Me tornei uma adolescente! Comecei a sair à noite e eu era a mais velha de todo o grupo. Eu adquiri um novo visual, modifiquei minhas roupas, meu cabelo [...] mas [...] meu corpo não tava muito bom!!!”* (Afrodite)

Pode-se perceber, nesse relato, que o Ser vai interagindo com tudo o que o cerca, que tem em seu alcance e vai buscando entender o que se passa consigo. A mulher que está experimentando as restrições impostas ao seu corpo encontra explicações para isto no processo de

envelhecimento que vivencia e nos sentimentos ambíguos que despertam na fase pela qual está passando, próxima unificação ontológica que será apresentada a seguir:

## **2. Vivenciando sentimentos de ambigüidade**

Dar-se conta de que algo nesse corpo está diferente implica num movimento de volta para si, de retomada. É como se, num determinado momento de suas vidas, as mulheres passassem a dirigir a atenção para dentro delas mesmas e percebessem que existiu o momento da busca pela liberdade, que acreditava estar fora delas e, agora, surge a oportunidade de exercitar a reciprocidade consigo mesma. É a tentativa de compreender o corpo como resultado de uma experiência vivida e inacabada que envolve sentimentos ambíguos, conforme manifestado nos depoimentos:

*“Eu não sinto nada, minha vida não mudou em nada. Minha vida é normal... no íntimo nada mudou. A única coisa que eu sinto é o calor que vem de dentro pra fora que parece que vai até estufar o olho da gente[...]. É uma sensação estranha [...] e eu penso: eu nunca fui assim por que agora eu vou ficar, né? [...]. Daí eu ligo o rádio, eu canto [...] aí passa. Se a gente for por na cabeça isso aí [...] aí, meu Deus do céu [...] eu triste??!!” (Ártemis)*

*“A menopausa minha já passou [...] com esse frio que todo mundo tá sentindo eu sinto calor.” (Hera)*

Nas falas de Ártemis e Hera percebemos que, quando refletem sobre a vivência do climatério, primeiramente, afirmam que nada mudou e que a vida segue seu rumo no mesmo ritmo de antes. No entanto, no momento seguinte dão a entender que algumas “coisas” modificaram-se. As mulheres parecem apresentar dificuldades em assumir que tais alterações físicas relacionam-se com o climatério. Talvez por desconhecerem a evolução do processo e sua repercussão sobre seu corpo e sua vida. Referem sintomas que antes não sentiam e que causam desconforto, mas os mantêm no âmbito da normalidade. É como se estivessem olhando para sua condição física, percebendo as alterações a distância, como espectadoras, porém sem, inicialmente, estabelecer relações de causa e efeito, como se observa na fala de Atena.

*“Eu nunca tive nada disso (sintomas). Tenho uma vida normal [...]. Eu engordei uns dez quilos nesses anos. Eu perco pouco (peso) só que ganho com facilidade.” (Atena)*

Esse fato remete-nos a idéia de Merleau-Ponty (1999), quando afirma que o sujeito deve ter consciência de que o seu mundo é a soma de todos os meios circundantes, ou seja, que o climatério faz parte de um universo maior, mas para isso é preciso que a mulher, num primeiro momento, estabeleça um modo de sentir o seu próprio corpo mediante a observação e o entendimento daquilo que percebe.

No início dos discursos, as mulheres não expressavam mudanças em seu corpo físico. No decorrer dos mesmos, apareceram sinais de prováveis mudanças, identificando que realmente algo havia mudado, este foi o início de um processo reflexivo.

*“Eu nunca tive grandes experiências, não tive muitas diferenças. Eu passei a ter mais problemas [...]. Eu já fui na psicóloga [...] mas [...] eu não dou tempo pra mim [...] não faço aquilo que pode ser bom pra mim [...].” (Tique)*

Foi possível perceber que, na medida em que falavam, seus olhares voltavam-se para algum lugar longe dali; as suas expressões faciais/corporais indicavam que estavam diante de um processo indescritível no qual o próprio Ser se fazia escutar/ouvir a partir da fala.

Foi preciso que as mulheres começassem a pensar sobre a sua vivência para que, então, outros sentidos se manifestassem, conforme pode-se perceber nas falas:

*“Eu não sinto nada, minha vida não mudou em nada [...]. Eu sinto uma tristeza tão grande e aquela vontade de chorar.” (Ártemis)*

*“Eu tô buscando e não cheguei à conclusão nenhuma do porque que essa tristeza me bate [...]. Tenho tudo pra tá feliz e não tô. Tem vez que eu não arrumo o cabelo, eu ponho ele pra trás; a roupa é a pior que eu tenho, porque eu acho que do jeito que tá minha alma eu tenho que vestir.” (Hera)*

Oscilar entre uma sensação de estabilidade e segurança e a impressão de que algo não está como era antes, que não se está bem, ajuda a mulher a encontrar o seu equilíbrio.

Esta constatação é apontada por Merleau-Ponty (1999) quando comenta que o que nos permite centrar nossa existência é também o que nos impede de centrá-la absolutamente, e o anonimato de nosso corpo é inseparavelmente liberdade e servidão. A ambigüidade do Ser no mundo se traduz pela ambigüidade do corpo e a ambigüidade do corpo se comprehende pela ambigüidade do tempo.

Ir ao encontro de si mesma significa ter que entrar em contato com o próprio corpo, com suas histórias, limitações e possibilidades, a fim de preservar e transformar a própria morada. Significa conscientizar-se do mundo por meio do corpo, possibilidade vislumbrada na próxima unificação ontológica extraída dos depoimentos das mulheres.

### **3. Conscientizando-se do mundo por meio do corpo no tempo e no espaço**

O Ser, ao entrar em contato com o objeto, com as coisas, entra em contato consigo mesmo, portanto, o corpo passa a ser considerado como corporeidade, pois é fonte de sentidos e rede de significados existenciais (Merleau-Ponty, 1999; Pokladek, 2002).

*Você se olha no espelho e pensa que a gente muda tanto! Se você vê uma foto minha (vai até o guarda-roupas e pega um álbum de fotografias) quando eu tinha 16 anos e vê agora?! Nossa Senhora! Como muda! A idade vai chegando e as coisas não são mais como antes! Antes a gente era jovem... podia rir mais... (Ártemis)*

Ártemis parte da imagem do corpo atual e compara a imagem real com aquela que possuía, argumentando que o corpo que gostaria de ver refletido no espelho era aquele de anos atrás. No entanto, é preciso que o sujeito se esforce para alcançar o Ser que está ali presente e vivo neste corpo que se vê projetado no espelho percebendo que, além daquela superfície corpórea, existe uma aglutinação de vivências que dão forma àquilo que os olhos nus, ou seja, sem a lente da complexidade, não consegue perceber.

Quando percorremos com o olhar, primeiramente, o mundo ao nosso redor e, em seguida, percebemos nosso corpo atuando neste grande cenário humano, iniciamos um processo de auto-descoberta durante o qual o nosso corpo assume, a cada momento, posturas e ritmos diversos. Como na fala de Afrodite:

*Eu acho que eu cresci muito nessa fase do climatério. Eu comecei a mudar. Eu não tive uma puberdade normal, eu não assumi minha menstruação e só fui querer ficar com ela quando eu descobri que sem ela eu ia murchar, quando já tinha 40 anos. Sem ela eu ia ter que repreender a viver. Não é fácil! Pra ter um climatério confuso como o meu é porque havia outras coisas envolvidas. Minha vida pregressa contou muito. Até eu entender o que era, que horror! Eu vim me conhecer quando eu entrei nessa fase do climatério. Eu acredito até que eu tenha entrado no climatério com uns 44 anos, mas eu não me observava, eu não prestava atenção. Eu só vivia pros outros. (Afrodite)*

Quando as mulheres iniciam o movimento de olhar-se e buscar decifrar-se, por meio das suas vivências, passam a perceber que há ali algo mais profundo e intenso, que precisam trazer à luz. Pensando desta forma retomamos a questão das limitações físicas, dos sinais e sintomas do climatério e apropriamo-nos deste corpo atual como sendo um retrato de uma experiência biológica, mas sempre reafirmando o fato de que existe um corpo habitual, original. Este corpo habitual pode ser assimilado como o fiador deste corpo atual, desgastado. Para tanto, é preciso que se reencontre a origem do objeto (do corpo) na própria experiência, pois só assim a consciência conseguirá “saber de si”. Faz-se necessário entender o corpo como ser imenso

que independe do movimento de suas partes isoladamente e que é origem de todo o movimento (Merleau-Ponty, 1999).

Cada organismo tem o seu próprio modo de comunicar-se com o mundo. Toda a percepção consciente que a mulher tem de si significa que ela experiencia o que está ocorrendo. Muitas mulheres perderam essa habilidade de estar presentes e sintonizadas com seu próprio corpo e o vêem como o corpo inespecífico de uma mulher. Entretanto, é de seu corpo que ela deve aproximar-se cada vez mais e sentir o que realmente ocorre internamente.

Agindo desta maneira, é possível que, no cume da experiência, no ardor dos acontecimentos, o Ser perceba que não pode mais ser sustentado por este invólucro frágil, que o limita, circunscreve, que ele pode ir além dessa circunscrição, mesmo que, num primeiro momento, este reconhecimento se dê à custa de sofrimento:

*Às vezes dá vontade de ir embora, largar tudo! Eu sinto uma tristeza tão grande e aquela vontade de chorar. Eu associo essa tristeza a esta fase... porque antes eu não tinha nada disso.... Quando vem essa vontade eu resolvo sozinha. Bate cansaço... aquelas ruguinhas que vão aparecendo... eu olho no espelho e penso que quando eu tinha uns 30 anos eu era bonita! Tenho medo de ficar doente e dependente dos outros. (Afrodite)*

O desejo de ir embora, a angústia, a tristeza podem representar o impulso para a retomada do caminho, a manifestação da consciência que reconhece seu poder de extrapolar os limites do corpo-carne/invólucro.

Encontrar-se no corpo, sentir-se habitando um corpo e por meio dele existindo num mundo de fato, pode impactar o sujeito. Mas, como já dissemos, é no movimento que se descobre a direção. É a corporeidade como berço das experiências do vivido. O corpo é o unificador e o unificado, ele mostra a roupa dos dois lados, o direito e o avesso ao mesmo tempo (Pokladek, 2002).

Convém ressaltar que a meia idade feminina pode ser um período de satisfação e fruição, ao serem aceitas as próprias realizações sem amarguras. A “menopausa”, no entanto, pode representar um golpe na auto-estima feminina pela perda da função procriativa, e por isso um marco de passagem para o vazio, com desconfortos físicos, que variam em grau e duração de uma mulher para outra:

*No começo que eu perdi a menstruação eu senti falta porque eu achei que tava muito nova e via pessoas com 50 anos ainda menstruando. Enquanto eu tava menstruando eu podia engravidar e queria muito engravidar. Há uns anos atrás meus exames “falou” que eu ainda tava fértil, embora sem menstruação. (Tique)*

Não se pode negar que uma outra forma de expressão da sexualidade é a reprodução. Percebe-se que a sexualidade permeia as relações e tem como uma de suas manifestações a idéia da procriação, da perpetuação da espécie e, do ponto de vista existencial, da eternização do ser.

Encontramos em algumas falas que a vivência desta fase da vida traz para a mulher a constatação da incapacidade reprodutiva, ou seja, com a menopausa dá-se por, senão encerrada, dificultada a possibilidade da procriação, do Ser perpetuar-se pela geração. Afinal, procriar é enraizar-se no mundo, é manter-se “sendo no mundo”.

Saber-se experimentando o corpo no mundo, o peso do espaço, do tempo, do próprio Ser é ter em torno de si mesmo um tempo e um espaço de perpétua pregnância, parto perpétuo, geratividade e generalidade, essência e existência brutais que são o ventre e o nó da mesma vibração ontológica. É a forma autêntica de estar no mundo, ser no mundo, manter-se no mundo (Crema, 1995).

Pode-se sugerir que a mulher no climatério ao perceber-se exteriormente percebe seu corpo no mundo, está no mundo e nele permanece sendo-com-o-outro. A mulher é um Ser de relações e por meio delas dá-se conta de seu corpo co-existindo com outros no convívio social, na intercorporeidade, no movimento que aproxima e distancia o corpo de si mesmo, de nós

mesmos e do mundo que habitamos. Todo este movimento merece ser compreendido para que melhor habite seu espaço e seu tempo.

Uma vez compreendido e situado no espaço e no tempo, mas não fixado a ele, o corpo segue vivendo suas experiências, incorporando vivências e percebe que há prazer em viver. Começa a compreender o movimento e refletir sobre ele. Por isso o corpo recebe mais um atributo: *ser nosso meio geral de ter um mundo*. Antes, entretanto, importa lembrar que só posso compreender a função do corpo vivo realizando-a, eu mesma, na medida em que sou um corpo em direção ao mundo. Nesta direção cabe-nos conquistar o prazer, cultivar a alegria e outros sentidos já que o corpo é o espaço de prazer, é o exercício da liberdade e recusar-se a priorizar áreas, espaços é recusar ao corpo a expressão do prazer (Merleau-Ponty, 1999).

Nesta fase do climatério, a mulher reflete também sobre a sua sexualidade. A vivência do prazer traz à tona toda a experiência que envolve este atributo do corpo. Assim sendo, os discursos das mulheres culminaram na próxima unificação ontológica apresentada a seguir:

#### **4. Refletindo sobre a sexualidade**

Merleau-Ponty (1999) concebe a afetividade, como um mosaico de estados afetivos, prazeres e dores fechados sobre si mesmos, que por vezes não se comprehendem e só podem ser entendidos por meio da organização corporal. Daí vem as sensações e a afetividade pode ser reconhecida como um modo original de consciência. [...] *É preciso que exista um Eros ou uma Libido que animem um mundo original, dêem valor ou significação sexuais aos estímulos exteriores e esboçem, para cada sujeito, o uso que fará de seu corpo objetivo [...]* (p.215). A percepção erótica dá-se por meio de um corpo que visa a um outro corpo. Ela se forma num mundo e não numa consciência. Dessa maneira, a sexualidade trata de uma intencionalidade que segue o movimento geral da existência com poder da significação.

As mulheres atribuíram vários sentidos à sexualidade, ultrapassando barreiras e re-significando algumas “verdades” relacionadas à sexualidade e à qualidade de vida no climatério.

Na busca por viver o prazer Tique trilhou caminhos de encontros e desencontros e revela:

*“Teve uma época [...] que eu tirei isso (o sexo) da minha vida por problemas que tive no primeiro casamento [...] depois que eu fui retomar a vida sexual. Então eu nunca fui de muita euforia, não; eu sempre fui mais pausada e [...] depois do climatério pode ter [...] eu fiquei mais pausada um pouquinho mais. Meu marido é uma pessoa bacana, é carinhoso [...] pode não ser no resto do dia, mas naquele momento ele faz tudo o que tem que ser feito [...] daí eu me empolgo [...] se não for assim eu não me empolgo”. (Tique)*

Aprendemos da fala de Tique que o movimento da existência em direção ao outro, ao futuro e ao mundo pode começar a qualquer momento, assim como um rio degela. Posso reencontrar a razão da existência quando abrir-me novamente ao outro, ao passado, quando deixar-me permear pela coexistência. Isso é sempre possível, pois mesmo absorvendo-me na experiência do meu corpo e na solidão das sensações não chegarei a suprimir a referência que tenho de minha vida em relação ao mundo. A cada instante alguma intenção brota novamente em mim. Por este motivo, refletir sobre a sexualidade e a vivência do prazer envolve a experiência do corpo e não somente de um momento específico (Merleau-Ponty, 1999).

Para esse autor, a existência corporal continuamente faz-nos a proposta de viver, é o esboço da nossa verdadeira presença no mundo e estar no mundo só faz sentido se temos o outro. Dessa forma, viver a sexualidade implica no reconhecimento de que o corpo do outro é dado a mim, como imediatamente presentes em meu campo, porém, em se tratando do outro, isso se dá a sua maneira. O outro está predestinado a mim como espelho de mim mesma, assim como o sou para ele.

Esta reciprocidade está latente em todos os indivíduos e em alguns momentos da vida, diante das fragilidades do corpo físico e das relações que estabelece com o outro, pode encontrar-se limitada e o indivíduo pode desejar esquivar-se do relacionamento afetivo/sexual. É o que se observa nas falas que se seguem:

*“O sexo é normal. O meu marido fala que eu tô estranha e que eu não gosto dele. Meu marido já me judiou muito [...] até apanhar já apanhei. Agora eu não gosto mais dele. Eu tenho outro. A diferença tá no tratamento. A gente vive assim como dois irmãos.”* (Ártemis)

*“[...] eu não tenho mais desejo sexual! Que que eu faço da minha vida agora?! [...] não tô velha [...] e não quero ficar assim!”* (Afrodite)

Percebemos que a vivência da sexualidade pode ou não ser afetada pelos sintomas do climatério. O diferencial para a satisfação do prazer mútuo estará vinculado ao afeto, ao desejo de estar com o outro. No entanto, quando isso ocorre, a mulher busca conviver com o problema, conforme se observa nas falas de Hera e Deméter:

*“Eu não sei explicar bem o porquê, mas é [...] na verdade deveria ser uma fase melhor pra mulher [...] às vezes é desconforto pelo ressecamento e também pela [...] assim [...] ela (a vagina) fica assim mais insensível. Não tem prazer nada. Quando toma hormônio é diferente. Ajuda muito! Mas sem hormônio?! Realmente não conta o sexo [...] é mais companheirismo.”* (Hera)

Se o exercício do prazer vincula-se à relação que se tem com o próprio corpo, com o outro e com o mundo, exercitar a sexualidade não é ter vida sexual ativa somente, é encontrar-se consigo mesmo, é sentir-se acompanhado, é ter o outro como presença viva, atuante, como ser-com-o-outro num ambiente afetuoso. Se assim for, as limitações físicas não serão entraves para o prazer de estar junto com o outro:

Atena e Deméter comentam:

*“Eu nunca tive nada disso. A libido normal [...] sempre normal [...] então eu acho até estranho [...]. Sempre foi tudo muito normal pra mim. Quando vejo as pessoas contarem eu acho até meio estranho porque pra mim foi sempre tudo muito normal.”* (Atena)

*“[...] eu sempre falei desde o início do meu casamento que o sexo é uma coisa muito bonita e muito gostosa, desde que faça com prazer e com amor. Não é uma coisa como se fosse arroz com feijão todo o dia e toda a hora [...]. Então eu acho que nesse ponto eu e meu marido se combina muito bem.”* (Deméter)

Incluir o outro em nossa vida significa abrirmo-nos para outra possibilidade de viver com qualidade. Então, viver com qualidade passa pela função do afeto, da libido em direção ao corpo denominado de “Eros”. Sentir de outra forma é negar ao corpo viver em plenitude (Freitas, 1999; Merleau-Ponty, 1999).

Outro fato é que a sexualidade feminina sempre esteve envolvida em mitos e tabus que acabam por sedimentar seu exercício no domínio do inconsciente coletivo a partir do momento em que esta prática se dá envolta em mistérios/pecados e preconceitos, o que dificulta o vivenciar da mesma (Biffi, 1991).

A mulher, muitas vezes, submete-se a relacionar-se sexualmente com seu parceiro sem que isso lhe proporcione satisfação:

*“Tem que excitar bastante pra daí começar a ter interesse. Às vezes vou ter interesse pra não contrariar meu marido [...]. Eu acho que é desinteresse mesmo, sem motivação. É muito difícil me satisfazer com alguém. Seria bom pra mim se eu tivesse mais interesse, mas eu não sei se eu acho tão importante, porque eu não corro atrás. Eu me acomodei! Eu procuro evitar confusão. Infelizmente a mulher é assim [...] ela não quer rolo e ela se faz de interessada. Você fica se reprimindo a adolescência inteira pela educação que teve. Você se reprime de tudo.”* (Tique)

Ao depararmo-nos com tal relato, passamos a considerar que o exercício da sexualidade ultrapassa os limites do contato físico e da realização dos desejos, da libido. A mulher vivencia a atividade sexual como um atributo que deve ser cumprido para oferecer prazer ao outro e que,

não necessariamente, envolve a reciprocidade. Entretanto, o *feedback* do prazer, que propicia a ambos os envolvidos a satisfação, o contentamento deve ser mútuo.

Na vivência da sexualidade, muitas vezes, nos deparamos com crenças e valores que são extensivos à vida. Por exemplo: a necessidade que se tem de ficarmos sozinhos, às vezes, pode ser uma manifestação/expressão generalizada de um certo estado da sexualidade, de uma outra maneira de estar no mundo. Dessa forma, fazendo-se assim existência, a sexualidade assume uma significação tão geral que parece existir osmose entre a sexualidade e a existência, quer dizer, se a existência se difunde na sexualidade, reciprocamente a sexualidade se difunde na existência, de forma que é impossível determinar, para uma decisão ou para uma dada ação, a parte da motivação sexual e a parte das outras motivações. É impossível caracterizar uma decisão ou um ato como “sexual” ou “não-sexual” (Merleau-Ponty, 1999).

Este é o ir e vir da existência. É experienciar continuamente emoções, ganhos e perdas. Tudo isto é Existência.

Nesta trajetória, o Ser passa a perceber-se como corpo próprio e inicia um outro movimento por meio do qual a existência retoma e transforma uma situação de fato. O ser retoma o caminho buscando novas maneiras de co-existir no mundo, última unificação ontológica a ser apresentada.

### **5. Reconhecendo novas maneiras de co-existir no mundo**

Os fenômenos vividos pelo corpo podem sinalizar uma nova maneira de estar no mundo. Entretanto, o indivíduo pode ou não visualizá-los, buscar interpretá-los, descobrir-se. Esse movimento pode levá-lo a compreender-se como um Ser que está num mundo de relações consigo mesmo, com os outros e com o próprio mundo.

Optando por este caminho, seu corpo e o mundo deixam de ser objetos coordenados um ao outro por relações funcionais que a física estabelece. O corpo do indivíduo, então, é movimento em direção ao mundo e o mundo é ponto de apoio de seu corpo (Merleau-Ponty, 1999).

Nas falas que se seguem as mulheres fazem um movimento de olhar para sua vida e tiram conclusões, recuperam “pedaços” que antes talvez estivessem diluídos num todo complexo, resgatam sentimentos, enxergam-se na própria vivência:

*“Eu sou uma pessoa privilegiada. Eu tenho minhas filhas que me adoram [...] eu tenho saúde, tenho casa e isso é muito importante. Eu tenho tudo o que eu preciso pra viver.” (Hera)*

*“Hoje eu sei que a velhice fica aqui (aponta para a sua cabeça), mas o meu corpo [...] eu tinha que aceitar a modificação devagar [...] e não de uma vez como foi!!! Hoje eu me sinto bem [...] eu me acho bonita, gosto do meu corpo. [...]. Hoje eu levanto o astral do outro, mas o meu também tá lá em cima. Eu me tornei uma profissional melhor, mais maleável [...] eu fui me descobrindo, fui conhecendo [...]. Hoje eu acredito que posso fazer tudo. A segunda adolescência é tudo o que um adolescente quer: [...] eu catei minhas coisas, botei no carro, saí no meio de um surto [...] aquela angústia, aquela coisa [...] mas feliz! Como se eu tivesse quebrando um par de correntes. Fui embora! Hoje eu me sinto vitoriosa e apaixonada [...] não é uma coisa linda?!” (Afrodite)*

O Ser encontra na própria vivência a sua essência e sente que algo em si se move rumo à sua consolidação. Diante disso é possível observar que, mesmo se pretendo compreender meu passado melhor do que ele se comprehende a si mesmo, ele sempre pode recusar meu juízo presente e encerrar-me em sua evidência autista. Cada presente pode pretender fixar minha vida, é isso que o define como presente. Enquanto o presente se faz passar pela totalidade do Ser e preenche um instante de consciência, eu nunca liberto-me dele inteiramente. O tempo nunca se fecha inteiramente com o presente (Merleau-Ponty, 1999).

Dessa forma, buscar transcender o corpo exige que o Ser saia do círculo vicioso do tempo por ele mesmo. O passado, o presente e o futuro não são momentos estanques e não podem ser analisados como pedaços de uma existência. Do contrário, o Ser não encontrará caminhos que

possam lhe oferecer a possibilidade de agregar as vivências tidas ao longo do tempo e projetar o seu futuro.

Partindo dessa nova compreensão do existir, torna-se imprescindível que se decida o que se quer ser. O Ser das coisas pelas coisas ou o Ser que sabe de si, que se ancora no mundo e por meio do seu corpo se faz existir. O ser-para-si, o ser-em-si, o ser-para-o-outro e, todos, no mundo.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados do estudo culminaram na elaboração de propostas contemplando a dimensão humana existencial, tendo como pressupostos: a busca pela superação dos limites impostos pelo corpo por meio do cuidado de si mesma e pela valorização da auto-estima das mulheres; reconceituar o significado de saúde doença para desenvolvermos um **novo saber**; despertar para a prática da solidariedade e reconhecer a subjetividade, a intuição, a emoção, os sentimentos, a razão, resgatando o **sentido do humano** em nós.

Salientamos ainda a importância de enfatizar a pesquisa e o ensino sobre a temática, bem como a prática de atividades de promoção e manutenção da saúde, tais como o incentivo da prática da dança, da natação, do *Yoga*, das caminhadas diárias, por tempo e freqüência recomendados; o tratamento e controle das doenças crônico-degenerativas; a abolição do tabagismo e etilismo; a adoção de dieta específica, além da implementação de trabalhos multi, inter e transdisciplinares no desenvolvimento de novos estudos sobre a saúde das mulheres.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRAFICAS

Aldrighi JM, Hueb CK, Aldrighi APS. Climatério. RBM Rev Bras Med 2000; 57(nº esp):209-15.

Banister EM. Women's midlife confusion: "Why am I feeling this way?". Issues Mental Health Nurs 2000; 21(8):745-64.

Biffi EFA. O fenômeno menopausa: uma perspectiva de compreensão. [dissertação]. Ribeirão Preto (SP): Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto/USP; 1991.

Bortoletto CCR, Baracat EC, Gonçalves WJ, Lima GR. Aspectos reprodutivos da mulher climatérica. Femina 1999; 27(3):215-8.

Crema R. Saúde e plenitude: um caminho para o ser. São Paulo: Summus; 1995.

Freitas MEA. A consciência do corpo - vivência que assusta: a percepção de profissionais de Enfermagem na área hospitalar. [tese]. São Paulo (SP): Escola de Enfermagem da USP; 1999.

Halbe HW, Fonseca AM, Bagnoli VR, Borato MG, Ramos LO, Lopes CMC. Epidemiologia do climatério. Sinopse Ginecol Obstet 2002; (2):36-9

Merleau-Ponty M. Fenomenologia da percepção. São Paulo: Martins Fontes; 1999.

North American Menopause Society (NAMS). Menopause Core Curriculum Study Guide. Pte. A. Introduction. [on line]. Available from: <http://www.menopause.org> (31 maio 2003).

Pokladek DD. Cuidar do humano: experiências terapêuticas e seus sentidos existenciais. Santo André: Alpharrabio; 2002.

Rousseau ME. Women's midlife health: reframing menopause. J Nurse Midwifery 1998; 43(3):208-23.

Sand G. Está quente aqui ou sou eu? Um exame pessoal dos fatos, equívocos e sensações da menopausa. São Paulo: Summus; 1995.

Stepke FL. Las ciencias sociales como discurso de la salud reproductiva. El ejemplo del climatérico femenino. Cad Saúde Pública 1998; 14(Supl 1):131-4.

Souza CL, Aldrighi JM. Sono e climatério. Reprod Clim 2001; 16(1):20-5.

---

Docente do Curso de Obstetrícia da Escola de Artes, Ciências e Humanidades da Universidade de São Paulo – EACH-USP Leste. Membro do Grupo de Pesquisa em enfermagem e a subjetividade da mulher que vivencia o processo saúde-doença. [lanegoncalves@uol.com.br](mailto:lanegoncalves@uol.com.br)

Professora Livre Docente do Departamento Materno-Infantil e Psiquiátrica da EEUSP. Líder do Grupo de Pesquisa em enfermagem e a subjetividade da mulher que vivencia o processo saúde-doença. [miriam@usp.br](mailto:miriam@usp.br)