

Amora's – Assistência à saúde da mulher na meia idade durante a quarentena da covid-19

Júlia Vitória Torres d'Arruda¹. Juerila Moreira Barreto². Daphne Ingrid Fernandes do Nascimento³. Danniely Rodrigues de Oliveira³. Camilla Araújo da Silva³. Fransuélida da Conceição Soares³. Vanessa Mendes da Cruz³.

O projeto **Amora's** - Assistência à Saúde da Mulher na Meia Idade, tem como objetivo a educação e saúde da mulher na fase do climatério e menopausa, como relevância extensionista aproxima o aluno de alterações clínicas importantes nesse ciclo da vida da mulher. O projeto foi aberto em março/2020, realizou uma reunião presencial, na sequência entrou em *isolamento social*; e como primeira estratégia foi criada reuniões online via Google Meet denominadas "*Café da tarde com Amora's*" com frequência quinzenal. Foram produzidos vídeos temáticos (5min), fotografias, disponibilizados no WhatsApp e no Instagram **amoras_ufpb**, foi realizada uma autoavaliação climatérica por vídeo chamadas e atividades lúdico-criativas (Mandalas) e práticas terapêuticas como automassagem, relaxamento, exercícios respiratórios, em ambientes virtuais. Na oportunidade trocamos informações com o Comitê de Políticas de Prevenção e Enfrentamento à Violência contra as Mulheres. Os dados apresentados foram coletados dos instrumentos de autoavaliação e para a análise estatística foi utilizado média, frequência e porcentagem. Foram acompanhadas 09 (nove) mulheres com o seguinte perfil, (1) uma, que entrou no grupo posteriormente, não possui informações coletadas, desta forma os presentes dados são referentes a 08 mulheres. O grupo está na faixa etária dos 40 a 65 anos; sendo 5 brancas, 2 negras e uma indígena. 62,5% são casadas, 25% divorciadas e 12,5% solteira. 7 (sete) já adentraram na menopausa (75% natural, 25% cirúrgica), e uma ainda se encontra no climatério. Durante a vida sexual dessas mulheres, foram-se utilizadas como método contraceptivo: "ligação de trompas" (seis), "pílulas" (cinco), "camisinha" (cinco), "muco vaginal" (duas), "tabela" (uma), "injeáveis" (uma). No grupo, totaliza-se 22 (vinte e duas) gravidezes, dentre elas 18 (dezoito) partos e 4 (quatro) abortos, do total, 55% foram partos normais e 45% cesarianos. Durante entrada no climatério, a atividade sexual diminuiu em 50% das avaliadas, não teve alteração em 25% e os outros 25% não souberam responder. Em relação aos sintomas da menopausa: 87.5% relata ondas de calor, 50% insônia e 25% incontinência urinária. Foi detectado durante os encontros das extensionistas-participantes, a empolgação e acolhimento, a construção de uma rotina de solidariedade, nos encontros a tarde. Foram relatadas palavras como "*gratidão*", "*felicidade*", "*conforto*" e *uma sensação de "pertencimento"* e "*coleguismo*", ao grupo **Amora's**. Podemos concluir que em

1. Júlia Vitória Torres d' Arruda, aluna do curso de fisioterapia, bolsista, darrudajulia@gmail.com

2. Juerila Moreira Barreto, orientadora, professora do curso de fisioterapia, juerila@gmail.com

3. Daphne Ingrid Fernandes do Nascimento, aluna curso de fisioterapia, voluntária, daphneingryd@hotmail.com;

3. Danniely Rodrigues de Oliveira, aluna do curso de fisioterapia, voluntária, dannielyrodrigues01@gmail.com;

3. Camilla Araújo da Silva, aluna do curso de fisioterapia, voluntária araujocamilla95@gamil.com

3. Fransuélida da Conceição Soares, discente do curso de Fisioterapia, voluntária, fransuelidasoares99@gamil.com

3. Vanessa Mendes da Cruz, discente do curso de Fisioterapia, voluntária, vanessamendes039@gmail.com

face a uma situação ímpar de quarentena o projeto teve a oportunidade de ampliar seu horizonte para o ambiente virtual, estabelecendo uma rede de apoio e conforto emocional; o desafio foi aceito e o objetivo foi cumprido, o projeto **Amora's** encontrou mais uma maneira de se expressar e se manter ativo, utilizando os recursos que tinham disponíveis em face a uma pandemia.

Palavras-chave: Climatério. Educação. Menopausa. Pandemia. Segurança.

1. Júlia Vitória Torres d' Arruda, aluna do curso de fisioterapia, bolsista, darrudajulia@gmail.com
2. Juerila Moreira Barreto, orientadora, professora do curso de fisioterapia, juerila@gmail.com
3. Daphne Ingrid Fernandes do Nascimento, aluna do curso de fisioterapia, voluntária, daphneingryd@hotmail.com;
3. Danniely Rodrigues de Oliveira, aluna do curso de fisioterapia, voluntária, dannielyrodrigues01@gmail.com;
3. Camilla Araújo da Silva, aluna do curso de fisioterapia, voluntária araujocamilla95@gmail.com
3. Fransuélida da Conceição Soares, discente do curso de Fisioterapia, voluntária, fransuelidasoares99@gmail.com
3. Vanessa Mendes da Cruz, discente do curso de Fisioterapia, voluntária, vanessamendes039@gmail.com