

RODA DE CONVERSA SOBRE CLIMATÉRIO E MENOPAUSA: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Amanda Lôpo Santana¹; Ana Carina da Silva Soares¹; Ana Paula Freitas Pereira¹;
Vanessa Ferreira Alves¹; Christiane Athayde Santos².

¹Estudantes de Fisioterapia do Centro Universitário do Norte de Minas, Montes Claros-MG.

²Professora do Centro Universitário do Norte de Minas, Montes Claros-MG.

Objetivo: relatar a experiência vivenciada por acadêmicas de Fisioterapia, que desenvolveram ações de educação em saúde acerca do climatério e menopausa, com enfoque na discussão dos sinais e sintomas e como lidar com essas etapas. **Materiais e Métodos:** trata-se de um relato de experiência realizado pelas acadêmicas de Fisioterapia em novembro de 2021, em uma sala de espera de uma unidade de saúde na cidade de Montes Claros, Minas Gerais. As mulheres ali presentes foram convidadas a formar uma roda para conversar sobre os temas e ao final receberam um panfleto explicativo. **Resultados:** a educação em saúde acerca do climatério e menopausa contribuiu significativamente para o conhecimento da comunidade, uma vez que houve interação através de perguntas e relatos sobre sintomas percebidos por algumas delas, tais como ondas de calor repentinas e irritabilidade e diminuição da libido. A partir do conhecimento de tais pautas, evidenciou-se como enfrentar esse período. **Conclusão:** ficou evidente que as ações de educação em saúde são fundamentais, pois ampliam o conhecimento a respeito do climatério e menopausa, pode favorecer a busca por assistência especializada no decorrer destas fases da vida da mulher.

Palavras-chave: Climatério. Menopausa. Educação em Saúde. Saúde da Mulher.