**Caracterização de mulheres no climatério segundo o índice de massa corporal e os sintomas com incômodo intenso**

Lucievelyn Marrone[[1]](#footnote-0)

Karin Maria Ribas Haikal Giglio Bauab[[2]](#footnote-1)

**RESUMO**

Apesar do climatério ser um evento natural no ciclo de vida da mulher, algumas vivenciam sintomas vasomotores, físicos, sociais, mentais e hormonais que podem afetar a qualidade de vida neste período. O propósito deste estudo foi caracterizar a população segundo o índice de massa corporal e os sintomas com intenso incômodo. Participaram deste estudo 15 mulheres entre 45 e 65 anos, as quais foram entrevistadas, utilizando-se o questionário sobre sintomas da menopausa (MENQOL) e no final das entrevistas foram verificados dados antropométricos de peso e altura. Os resultados indicam que 40% das participantes estavam eutróficas, porém 60% apresentavam-se com sobrepeso e obesidade. Quanto aos sintomas da menopausa, as ondas de calor e a impaciência foram os mais comuns, afetando 87% das participantes. A ansiedade foi relatada por 80%, enquanto dores musculares, cansaço e dores nas costas afetaram 73%, com intensidade variável. Conclui-se que há a necessidade de estratégias de prevenção de sobrepeso e obesidade e sugere-se uma abordagem multidisciplinar para melhorar a qualidade de vida.

**Palavras-chaves:** Estado nutricional. Qualidade de Vida. Sintomas da Menopausa.

1. Coordenadora e docente do curso de Nutrição da UniFil, Centro Universitário Filadélfia, Londrina, Paraná, e-mail: [lucievelyn.marrone@unifil.br](mailto:lucievelyn.marrone@unifil.br) [↑](#footnote-ref-0)
2. Graduanda do curso de Nutrição da UniFil, Centro Universitário Filadélfia, Londrina, Paraná, e-mail: [karin\_giglio@edu.unifil.br](mailto:karin_giglio@edu.unifil.br) [↑](#footnote-ref-1)