



BOM PRINCÍPIO - RS

Projeto promove acolhimento e qualidade de vida para mulheres no climatério e na menopausa

Secretarias: Saúde e Assistência Social

Data de Publicação: 8 de julho de 2026

Promover mais qualidade de vida, informação e acolhimento às mulheres é o objetivo do projeto "Viver Bem no Climatério e Menopausa", desenvolvido pela Secretaria de Saúde e Assistência Social. A iniciativa está sendo realizada nas quatro Unidades Básicas de Saúde (UBSs) do município, por meio de grupos de acompanhamento voltados a mulheres entre 40 e 65 anos, que vivenciam o climatério ou a menopausa.

Alguns grupos já iniciaram suas atividades, enquanto outros serão desenvolvidos conforme o cronograma de cada unidade de saúde. A proposta oferece um espaço de orientação, escuta e troca de experiências, contribuindo para que as participantes enfrentem essa fase da vida com mais informação, segurança e bem-estar.

A secretária de Saúde e Assistência Social, Rejane Schindwein Eglor, destaca que o projeto foi criado para ampliar o cuidado com a saúde da mulher em uma fase que ainda é cercada por dúvidas e preconceitos. "O climatério e a menopausa são etapas naturais da vida, mas que trazem mudanças importantes e podem impactar a saúde física, emocional e social das mulheres. Nosso objetivo é oferecer informação de qualidade, acolhimento e acompanhamento multiprofissional para que elas compreendam melhor este período e vivam esta fase com mais tranquilidade, autonomia e qualidade de vida. Também queremos mostrar que nenhuma mulher precisa enfrentar este momento sozinha", ressalta.

O projeto conta com uma equipe multiprofissional formada por médicos, enfermeiros, dentistas, fisioterapeutas, nutricionistas, psicólogos e agentes comunitários de saúde. Os encontros abordam temas como mudanças hormonais, alimentação saudável, atividade física, fortalecimento do assoalho pélvico, saúde mental, saúde sexual, prevenção de doenças e autocuidado. Também se incentiva a realização de exames preventivos e o acompanhamento periódico com os profissionais da rede municipal de saúde. Sempre que necessário, as participantes também recebem atendimento individual.

A iniciativa reforça o compromisso da Administração Municipal com a promoção da saúde da mulher por meio de um cuidado integral e humanizado. Além de ampliar o acesso à informação e às ações preventivas, o projeto fortalece o vínculo entre as usuárias e as equipes da Atenção Básica, incentivando hábitos saudáveis e promovendo mais qualidade de vida.
