

CONSCIENTIZAÇÃO SOBRE O CÂNCER DE MAMA: REFLEXÕES E APRENDIZADOS DE UMA EXPERIÊNCIA

INTRODUÇÃO

O câncer de mama é a neoplasia mais frequente entre as mulheres no Brasil, excluindo-se o câncer de pele não melanoma. Trata-se de um grave problema de saúde pública, não apenas pela alta incidência, mas também pelo impacto significativo nos índices de morbidade e mortalidade femininas. Segundo estimativas do Instituto Nacional de Câncer (INCA), são esperados 73.610 novos casos anuais no triênio de 2023-2025, ressaltando a necessidade urgente de ações coordenadas para enfrentamento do problema (INCA, 2022). No estado do Ceará, a projeção de 3.080 casos por 100 mil mulheres enfatiza a importância de estratégias voltadas à prevenção, diagnóstico precoce e tratamento oportuno (Silva et al., 2020).

Disparidades regionais, frequentemente associadas ao acesso limitado a informações e serviços de saúde, tornam o enfrentamento do câncer de mama ainda mais desafiador em áreas menos favorecidas. O diagnóstico precoce, fator-chave para reduzir a mortalidade e melhorar prognósticos, é dificultado pela falta de conhecimento e pelo acesso desigual aos exames de rastreamento. Além disso, a ausência de campanhas educativas contínuas reforça mitos e tabus que dificultam o enfrentamento eficaz da doença (Souto; Santos; Oliveira, 2020).

Pesquisas indicam que intervenções educativas são ferramentas poderosas para promover a saúde, especialmente no que tange à conscientização sobre o câncer de mama. Tais ações aumentam o conhecimento sobre a doença, ressaltam a importância do diagnóstico precoce e fomentam mudanças no comportamento das mulheres (Alves; Ferreira; Santos, 2019). Além disso, iniciativas comunitárias que integram educação e prática têm potencial de reduzir desigualdades no acesso aos serviços de saúde, promovendo equidade e desmistificando concepções equivocadas sobre o tema.

Francisco Wilson da Silva Junior



Centro Universitário Católica de
Quixadá (UniCatólica)
junior.viiana1@gmail.com

Géssica Viana Girão



Centro Universitário Católica de
Quixadá (UniCatólica)
gessicaaviaanaa@gmail.com

Leticia Viana Raulino



Centro Universitário Católica de
Quixadá (UniCatólica)
leticiaviana693@gmail.com

Lídia Queren Moura Cunha

Centro Universitário Católica de
Quixadá (UniCatólica)
lidiaqueren56@gmail.com

Me. Liene Ribeiro de Lima



Centro Universitário Católica de
Quixadá (UniCatólica)
lienelima@unicatolicaquixada.edu.br

Implementar estratégias educativas é, portanto, essencial para prevenir e controlar o câncer de mama. Informar as mulheres sobre fatores de risco, sinais e sintomas, e métodos de diagnóstico disponíveis contribui para uma maior adesão às práticas preventivas, viabilizando o rastreamento precoce e a adoção de tratamentos mais eficazes. Esse conjunto de ações não apenas reduz a mortalidade, mas também melhora a qualidade de vida das mulheres acometidas pela doença (Santos; Silva; Oliveira, 2020).

Apesar dos avanços no acesso à informação, muitas barreiras ainda persistem. Entre elas, o desconhecimento da possibilidade de câncer de mama em homens é crítico e necessita ser abordado. Embora raro, representando cerca de 1% dos casos de câncer de mama, a falta de informação leva muitos homens a não reconhecerem sinais da doença, resultando em diagnósticos tardios e pior prognóstico (Braga, 2023).

Ademais, desigualdades no acesso aos serviços de saúde dificultam a realização de exames preventivos e atrasam o início do tratamento. Fatores como localização geográfica, condições socioeconômicas e barreiras culturais contribuem para essas disparidades, limitando o acesso a cuidados essenciais e exacerbando as iniquidades em saúde (Souza; Costa; Pereira, 2023). Esses desafios evidenciam a necessidade de esforços mais amplos e intersetoriais para garantir a universalidade e a integralidade da assistência à saúde.

No contexto da saúde pública brasileira, promover equidade no acesso à informação e aos serviços de saúde é essencial para minimizar os impactos do câncer de mama. Regiões com maior vulnerabilidade social apresentam taxas elevadas de diagnósticos tardios, contribuindo para o aumento da mortalidade associada à doença. Estudos apontam uma tendência crescente de mortalidade por câncer de mama no Brasil, correlacionada a fatores socioeconômicos e inadequações na oferta de procedimentos no Sistema Único de Saúde (SUS), especialmente em áreas com menor acesso a serviços de saúde (Dias et al., 2024).

Nesse cenário, ações educativas e preventivas não são apenas estratégias de conscientização, mas também ferramentas de empoderamento para as mulheres cuidarem de sua saúde (Alves; Ferreira; Santos, 2019). Ampliar o conhecimento sobre o câncer de mama e fortalecer os sistemas de saúde são passos fundamentais para atender de forma equitativa às demandas da população. A integração de educação em saúde com ações práticas e políticas públicas consistentes tem potencial de transformar o cenário atual, reduzindo a carga da doença e promovendo melhores desfechos clínicos.

OBJETIVO

Relatar uma experiência de educação em saúde voltada à conscientização sobre o câncer de mama, enfatizando a importância da prevenção e do diagnóstico precoce.

METODOLOGIA

Este estudo descritivo, elaborado no formato de relato de experiência, foi desenvolvido por quatro estudantes de Enfermagem de uma Instituição de Ensino Superior (IES) no Ceará. A intervenção ocorreu em outubro de 2024, durante a campanha Outubro Rosa, com o objetivo de promover a conscientização sobre o câncer de mama por meio de uma ação educativa planejada e estruturada.

A atividade envolveu 37 mulheres residentes em uma comunidade de baixa renda, selecionadas por conveniência, caracterizada por dificuldades no acesso a informações e serviços de saúde. A intervenção foi meticulosamente organizada e dividida em três etapas complementares:

1. **Palestra Informativa:** Nesta etapa, foram abordados temas centrais como fatores de risco, sinais e sintomas, métodos de diagnóstico, a importância do autoexame e a periodicidade recomendada para exames como a mamografia. Dados epidemiológicos sobre a prevalência do câncer de mama também foram apresentados, permitindo contextualizar a gravidade do problema e estimular o engajamento das participantes;
2. **Dinâmica de Grupo:** Um espaço interativo foi criado para incentivar a troca de saberes entre as participantes, promovendo diálogos sobre mitos e verdades relacionados ao câncer de mama. A abordagem participativa buscou engajar ativamente as mulheres e fortalecer o entendimento coletivo, gerando reflexões significativas;
3. **Sessão de Orientações e Dúvidas Individuais:** Na etapa final, foi oferecido um momento de escuta ativa para que as participantes pudessem esclarecer dúvidas específicas e receber orientações personalizadas, consolidando o conhecimento adquirido durante as atividades anteriores.

A coleta das percepções das participantes foi realizada de forma qualitativa, com anotações sistemáticas feitas ao longo de todas as etapas. Essas anotações foram posteriormente organizadas e analisadas para identificar os principais temas emergentes e os impactos gerados pela intervenção. Toda a metodologia priorizou a criação de um ambiente acolhedor, com linguagem clara e acessível, adaptada ao contexto sociocultural da comunidade, garantindo, assim, a relevância e a efetividade das ações realizadas.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Durante a intervenção, destacou-se o interesse expressivo das participantes nos tópicos abordados, com particular curiosidade sobre a ocorrência de câncer de mama em homens, uma informação surpreendentemente desconhecida por muitas. A apresentação de dados sobre a alta prevalência da doença provocou surpresa e fomentou discussões relevantes, especialmente sobre a importância das práticas preventivas e do diagnóstico precoce.

A dinâmica de grupo revelou diferenças significativas nas práticas das participantes em relação ao autoexame. Enquanto algumas mulheres já adotavam essa prática, muitas a realizavam de forma esporádica ou negligenciavam, sendo a falta de orientação a principal barreira identificada. Observou-se também um amplo desconhecimento sobre a periodicidade recomendada para exames como a mamografia, evidenciando uma lacuna informacional que a intervenção buscou preencher. Esse processo contribuiu para aumentar a autoconfiança das mulheres em reconhecer sinais de alerta e na procura por serviços de saúde adequados.

A etapa de escuta ativa revelou-se essencial para esclarecer dúvidas não apenas sobre procedimentos médicos, mas também sobre o acesso aos serviços de saúde, frequentemente dificultado por desinformação e barreiras logísticas. Esse momento reforçou o caráter transformador da intervenção, com participantes expressando a intenção de compartilhar o conhecimento adquirido com suas redes sociais e familiares, ampliando o impacto da ação.

Outro ponto de destaque foi a recepção positiva ao formato participativo e interativo da intervenção. Esse modelo facilitou o engajamento ativo das mulheres, promovendo um ambiente de confiança e aprendizado mútuo. As discussões evidenciaram a necessidade de continuidade de iniciativas semelhantes, que não apenas disseminam informações, mas também enfrentam crenças e tabus persistentes sobre o câncer de mama.

Os achados deste estudo corroboram a literatura, que destaca a eficácia das intervenções educativas no aumento da conscientização e na promoção de práticas preventivas. Gratão et al. (2021) reforçam que estratégias como diálogos, materiais educativos e atividades em grupo são fundamentais para estimular comportamentos preventivos e facilitar o diagnóstico precoce. A integração de informações científicas com abordagens interativas, como dinâmicas de grupo, também foi eficaz na promoção da autonomia das participantes, conforme Santos et al. (2006).

O aumento da confiança e do conhecimento sobre o autoexame e exames periódicos reflete o impacto positivo dessas ações. Germano e Kramer (2020) apontam que a conscientização é essencial para incentivar a adesão a práticas preventivas e para ampliar a disseminação do conhecimento em redes sociais e familiares, ampliando o alcance das ações educativas. Além disso, a abordagem participativa contribuiu para desmistificar o câncer de mama, promovendo maior empatia e engajamento das participantes, como enfatizado por Nascimento e Oliveira (2017), que destacam o papel do diálogo aberto e da escuta ativa na criação de vínculos de confiança.

No entanto, persistem desafios estruturais, como o acesso desigual a serviços de saúde, especialmente em regiões de maior vulnerabilidade. Gratão et al. (2021) argumentam que essas iniciativas devem ser complementadas por políticas públicas que aprimorem a infraestrutura e ampliem a oferta de serviços de diagnóstico e tratamento. A inclusão de informações específicas, como a incidência de câncer de mama em homens, mostrou-se essencial para combater preconceitos e ampliar o entendimento sobre a doença.

Por fim, atividades como esta têm potencial de influenciar políticas locais de saúde, evidenciando as demandas específicas da população-alvo. Gratão et al. (2021) concluem que ações comunitárias bem estruturadas geram impactos duradouros, desde a redução da mortalidade até o fortalecimento da saúde integral de mulheres em contextos vulneráveis.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As ações educativas relatadas neste estudo confirmaram-se como uma estratégia eficaz e indispensável para promover a conscientização e prevenir o câncer de mama. A criação de um ambiente de escuta ativa e diálogo facilitou o engajamento das participantes, permitindo que desenvolvessem maior confiança para adotar práticas preventivas e buscar assistência médica de forma proativa.

A relevância dessas intervenções transcende a simples disseminação de informações, atuando como uma ferramenta de empoderamento, especialmente em comunidades vulneráveis, onde barreiras informacionais e de acesso aos serviços de saúde ainda são significativas. Para maximizar o impacto, é fundamental que essas iniciativas sejam integradas de maneira estruturada às políticas públicas de saúde, garantindo abrangência e sustentabilidade.

A continuidade de projetos como este é vital para reduzir a incidência e a mortalidade relacionadas ao câncer de mama, além de contribuir para melhorar a qualidade de vida das mulheres. Ao unir educação, práticas preventivas e a construção de vínculos de confiança, ações desse tipo têm o potencial de transformar o cenário da saúde pública, promovendo equidade e bem-estar em longo prazo.

AGRADECIMENTOS

Expressamos nossa profunda gratidão, primeiramente, às mulheres que participaram desta intervenção, cuja disposição, confiança e envolvimento foram fundamentais para o êxito das atividades realizadas. Agradecemos à Instituição de Ensino Superior que proporcionou o suporte necessário para a concretização deste projeto e aos colegas que contribuíram com suas ideias, dedicação e trabalho em equipe ao longo de todo o processo.

Reconhecemos, com apreço, o apoio das lideranças comunitárias locais, que facilitaram o contato com as participantes e desempenharam um papel crucial na organização e execução das ações. Por fim, registramos nosso especial agradecimento aos professores orientadores e colegas de curso, cujas orientações, incentivo e compartilhamento de conhecimento foram indispensáveis para a realização desta experiência enriquecedora e transformadora.

REFERÊNCIAS

ALVES, L.; FERREIRA, M.; SANTOS, R. Intervenções educativas na prevenção do câncer de mama. **Revista Brasileira de Educação em Saúde**, v. 7, n. 2, p. 45-55, 2019.

BRAGA, R. Câncer de mama em homens: desafios do diagnóstico e tratamento. **Revista de Oncologia Clínica**, v. 15, n. 4, p. 123-130, 2023.

DIAS, M. B. K. et al. Adequação da oferta de procedimentos para a detecção precoce do câncer de mama no Sistema Único de Saúde: um estudo transversal, Brasil e regiões, 2019. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 40, n. 5, p. e00139723, 2024. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/TCQ6kQ7CMm8mGYTBDj63q8s/>. Acesso em: 10 out. 2024.

GERMANO, B. C. C.; KRAMER, D. G. Educação em saúde na prevenção ao câncer de mama: relato de experiência. **Revista de Enfermagem da UFPI**, v. 9, p. e9742, 2020. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1371129>. Acesso em: 10 out. 2024.

GRATÃO, B. M. et al. Práticas de educação em saúde sobre câncer de mama e colo de útero: revisão integrativa. *Saúde Coletiva (Barueri)*, v. 11, n. 63, p. 3040-3050, 2021. Disponível em: <https://revistasaudecoletiva.com.br/index.php/saudecoletiva/article/view/3040>. Acesso em: 10 out. 2024.

INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER. **Estimativa 2023**: incidência de câncer no Brasil. Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva. Rio de Janeiro: INCA, 2022.

NASCIMENTO, M. V. N.; OLIVEIRA, I. F. Práticas integrativas e complementares grupais e o diálogo com a educação popular. **Psicologia em Pesquisa**, v. 11, n. 2, p. 11-20, 2017. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1982-12472017000200011. Acesso em: 10 out. 2024.

SANTOS, L. M. et al. Grupos de promoção à saúde no desenvolvimento da autonomia, condições de vida e saúde. **Revista de Saúde Pública**, v. 40, n. 2, p. 346-352, 2006. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rsp/a/twkHGQQNdtBc9YL8FRwFtNk/>. Acesso em: 10 out. 2024.

SILVA, G. R. P. da et al. Tendência da taxa de mortalidade por câncer de mama em mulheres com 20 anos ou mais no Brasil, 2005-2019. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 29, n. 3, 2024. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/5hjZvVH7ZgFrsXVsDsBQDxc/>. Acesso em: 10 out. 2024.

SILVA, M. A. et al. Barreiras no diagnóstico precoce do câncer de mama no nordeste brasileiro. **Revista Saúde Pública**, v. 54, p. 23, 2020.

SOUZA, M. C.; COSTA, A. P.; PEREIRA, L. F. Desigualdades no acesso à saúde no Brasil: barreiras e desafios na atenção básica. **Cadernos de Saúde Coletiva**, v. 28, n. 3, p. 245-260, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/zMLkvhHQzMQQHjqFt3D534x/>. Acesso em: 10 out. 2024.