

CONHECIMENTOS DOS ACADÊMICOS SOBRE PREVENÇÃO DO CÂNCER DE MAMA^a

Catia Regina Pirhardt FREITAS^b, Karina Lemos TERRA^c, Nen Nalú Alves das MERCÊS^d

RESUMO

Estudo com o objetivo de identificar o conhecimento dos acadêmicos, quanto aos fatores de prevenção para o câncer de mama. De natureza quantitativa, exploratória e descritiva, desenvolvido numa instituição de ensino superior do Estado de Santa Catarina, com 50 acadêmicos matriculados nos cursos de enfermagem, fisioterapia e psicologia no 1º semestre de 2008. A coleta de dados ocorreu de fevereiro a abril de 2008. Utilizou-se um questionário semi-estruturado e análise estatística descritiva. Os resultados apontaram que os acadêmicos dos cursos de enfermagem e fisioterapia demonstraram maior conhecimento sobre o tema. Os fatores de prevenção mencionados foram: consumo de legumes, verduras, frutas, exercícios físicos e amamentação. Conclui-se que o nível de conhecimento dos estudantes sobre os fatores de prevenção do câncer de mama, numa perspectiva interdisciplinar, é importante para repensar a inserção da educação em saúde como conteúdo curricular imprescindível na promoção de uma universidade saudável.

Descritores: Neoplasias da mama. Prevenção de câncer de mama. Estudantes.

RESUMEN

Objetivo del estudio fue identificar el conocimiento de los estudiantes, acerca de los factores para la prevención del cáncer de mama. Un cuantitativo exploratorio y descriptivo, desarrollado en una institución de educación superior de Santa Catarina, Brasil, con 50 estudiantes matriculados en la enfermería, fisioterapia y psicología en el primer semestre de 2008. Los datos fueron recolectados de febrero a abril de 2008. Se utilizó un cuestionario semi-estructurado y estadística descriptiva. Los resultados mostraron que los estudiantes de enfermería y terapia física han demostrado mayor conocimiento sobre el tema que los estudiantes de psicología. Menciona factores: el consumo de verduras, frutas, el ejercicio físico y la lactancia. Se concluye que el nivel de conocimiento acerca de los factores que pueden prevenir el cáncer de mama, una perspectiva interdisciplinaria, es importante para reconsiderar la inclusión de la educación para la salud como los contenidos curriculares esenciales en la promoción de una universidad saludable.

Descriptores: Neoplasias de la mama. Prevención de cáncer de mama. Estudiantes.

Título: Conocimiento de los estudiantes sobre la prevención del cáncer de mama.

ABSTRACT

This study aimed to identify what undergraduate students know of factors for breast cancer prevention. This was a quantitative, exploratory and descriptive study, developed in a University in the state of Santa Catarina, Brazil, with 50 students enrolled in nursing, physiotherapy and psychology programs in the first semester of 2008. The data were collected from February to April, 2008. A semi-structured questionnaire and descriptive statistics were used. Results showed that students of nursing and physiotherapy demonstrated greater knowledge about the issue than the psychology students. Mentioned prevention factors: consumption of vegetables, greens and fruits, physical exercises and breastfeeding. Conclusions indicate that the level of students' knowledge about factors that can prevent breast cancer, in an interdisciplinary perspective, is important to rethink the inclusion of health education as an essential curriculum content to promote a healthy university.

Descriptors: Breast cancer. Breast cancer prevention. Students.

Title: Undergraduate students' knowledge about the prevention of breast cancer.

^a Pesquisa oriunda do Trabalho de Conclusão do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade do Vale do Itajaí (UNIVALI), campus Biguaçu, apresentado em agosto de 2008.

^b Pós-Graduada em Estomaterapia pela Pontifícia Universidade Católica do Paraná (PUCPR), Curitiba, Paraná, Brasil.

^c Enfermeira Graduada pela Universidade do Vale do Itajaí (UNIVALI), Biguaçu, Santa Catarina, Brasil.

^d Doutora em Enfermagem, Professora Adjunta do Departamento de Enfermagem da Universidade Federal do Paraná (UFPR), Curitiba, Paraná, Brasil.

INTRODUÇÃO

Conhecido como uma doença crônico-degenerativa, também como tumor maligno, o câncer apresenta um crescimento anômalo e desordenado de células que invadem tecidos e órgãos. O curso clínico da doença e a sobrevida variam de paciente para paciente⁽¹⁾.

A distribuição da incidência e da mortalidade por câncer é importante para conhecer os aspectos epidemiológicos da doença, desde a sua etiologia até os fatores prognósticos envolvidos em cada tipo de câncer. Com isso, possibilita gerar hipóteses causais e avaliar os avanços científicos em relação à prevenção e cura, bem como a resolutividade da atenção à saúde⁽¹⁾.

O Instituto Nacional do Câncer (INCA) relata que as evidências científicas não sejam conclusivas, para justificar estratégias específicas na prevenção primária do câncer de mama. As ações de prevenção estão diluídas nas ações de promoção à saúde direcionada ao controle das doenças e agravos crônicos não-transmissíveis (DANT), o foco é especialmente a obesidade e o tabagismo⁽²⁾.

Mas ao descobrir o câncer de mama, a maioria das mulheres não imagina como será o tratamento e, esse é um dos momentos mais difíceis na sua vida⁽³⁾.

A mulher vivencia a doença em três etapas diferentes: o diagnóstico, a realização de um tratamento muito longo e agressivo, e por último, aceitação de um corpo marcado e a convivência com essa nova imagem⁽³⁾.

O câncer de mama é o segundo tipo de câncer mais freqüente no mundo entre mulheres⁽⁴⁾. A cada 200 mulheres com câncer de mama, existe um homem que desenvolve a doença. A etiologia é desconhecida, mas, preconiza-se o mesmo procedimento de detecção precoce, na realização do auto-exame das mamas. Em geral, com as mesmas características dos fatores de risco feminino, a prevenção para o sexo masculino engloba os seguintes critérios: diminuir o consumo de álcool, não fumar e evitar locais com concentração de fumaça de cigarro, evitar agentes químicos tóxicos, praticar exercícios físicos para diminuir o nível de estresse, alimentação saudável e minimizar exposição à radiação⁽⁵⁾.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) estima que ocorram mais de 1.050.000 casos novos de câncer de mama por ano, em todo o mundo⁽⁶⁾.

O INCA estima 49.240 casos novos para 2010⁽⁵⁾. Em 2008 o número de mortes foi num total de: 11.860, sendo 11.735 mulheres e 125 homens⁽⁷⁾. A cada ano, cerca de 22% dos casos novos de câncer em mulheres são de mama. Com um risco estimado de 51 casos a cada 100 mil mulheres⁽⁴⁾.

As campanhas nacionais de prevenção e detecção precoce do câncer de mama promovida pelo Ministério da Saúde procuram difundir a informação, através dos meios de comunicação em massa⁽¹⁾.

O acesso a informação e o nível de escolaridade são aspectos importantes, demonstrado em vários estudos. O indivíduo de classes sociais menos favorecidas tem um menor acesso aos serviços de saúde, conseqüentemente com menor acesso a informação sobre a prevenção do câncer de mama.

No estudo realizado, buscou-se o conhecimento dos acadêmicos a respeito de um problema de saúde pública em nível nacional e mundial. É ter um diagnóstico da realidade de uma parcela da sociedade brasileira, que em princípio tem acesso a informação, tanto no meio acadêmico, quanto em sua relação social.

E, a Universidade com objetivo de formar cidadãos, tem a capacidade de desenvolver e reproduzir o conhecimento historicamente construído, contribuindo para o progresso da sociedade. Participando nas estratégias de promoção a saúde e prevenção de doenças no meio acadêmico. Desta forma delineou-se a seguinte pergunta de pesquisa: Qual o nível de conhecimento dos acadêmicos de enfermagem, fisioterapia e psicologia de uma Instituição de Ensino de Nível Superior em relação aos fatores de prevenção do câncer de mama? O objetivo traçado foi o de identificar o conhecimento dos acadêmicos, quanto à prevenção do câncer de mama.

METODOLOGIA

Pesquisa oriunda do Projeto de Pesquisa do Trabalho de Conclusão de Curso, intitulada Conhecimentos dos acadêmicos sobre prevenção do câncer de mama⁽⁸⁾. Estudo de natureza quantitativa, de caráter exploratório e descritivo, foi desenvolvido numa Instituição de Ensino Superior do Estado de Santa Catarina. Os sujeitos da pesquisa foram 50 acadêmicos matriculados nos cursos de enfermagem, fisioterapia e psicologia no 1º

semestre de 2008. A amostra de 10% de um universo de 500 acadêmicos, sendo: 21 acadêmicos de enfermagem; 4 de fisioterapia e 25 de psicologia. A escolha de 10% seguiu ao critério de significância dos dados, garantindo uma amostra estatisticamente aceitável para o objeto de estudo. A seleção dos acadêmicos foi por sorteio.

Foram respeitados todos os princípios éticos determinados na Resolução 196/96, do Conselho Nacional de Saúde⁽⁹⁾. O projeto foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Instituição de Ensino Superior, com o parecer de nº 552/07.

A coleta de dados foi realizada no período de fevereiro a abril de 2008. Utilizou-se um questionário com questões fechadas, compostas por duas seções: a seção A, de identificação do acadêmico (curso, período, idade e gênero), e a seção B, sobre os fatores de prevenção para o câncer de mama. Para a análise dos dados foi utilizado à estatística descritiva.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Identificação do acadêmico

Quanto à caracterização dos acadêmicos efetivamente matriculados: 21 acadêmicos são de enfermagem, dos quais 9,5% são do 1º período; 9,5% do 2º período; 14,3% do 3º período; 14,3% do 4º período; 14,3% do 5º período; 14,3% do 6º período; 14,3% do 7º período e 9,5% do 8º período. Dos 4 acadêmicos da fisioterapia, 25% são do 3º período; 50% do 5º período; 25% do 7º período. E, dos 35 acadêmicos de psicologia, 16% do 1º período; 16% do 2º período; 8% do 3º período; 8% do 4º período; 16% do 5º período; 12% do 6º período; 4% do 7º período; 12% do 8º período e 8% do 9º período. O curso de fisioterapia encontra-se em fase de extinção na Instituição de Ensino, campo estudado por este motivo a amostra dos acadêmicos restringiu-se a esses períodos citados.

Em relação à idade, observou-se um maior percentual de acadêmicos na faixa etária de 18 a 26 anos nos três cursos, sendo 47,8% do gênero feminino e 10% do masculino na enfermagem; 50% do gênero feminino e masculino na fisioterapia e 68% do gênero feminino e 12% do masculino na psicologia. No curso de psicologia há acadêmicos acima dos 42 anos do sexo feminino em 8%.

Em relação ao gênero, o sexo feminino foi predominante em todos os cursos, variando de 81%

na enfermagem a 84% na psicologia. Este dado reflete uma realidade em nível nacional que há uma predominância feminina no ensino superior⁽¹⁰⁾. Na fisioterapia houve a participação masculina em 50%. Como a definição dos sujeitos da amostra foi por sorteio, os 50% podem ser explicados pelas leis da probabilidade.

Fatores de prevenção

Consumo de legumes, verduras e frutas

Quanto ao nível de conhecimento em relação aos fatores de prevenção para o câncer de mama, observou-se que 90,5% dos acadêmicos de enfermagem responderam que legumes, verduras e frutas são fatores preventivos contra o câncer de mama. Sendo 100% dos acadêmicos de fisioterapia e 68% de psicologia. 16% dos acadêmicos de psicologia afirmam que não é fator de prevenção e os demais entrevistados dos acadêmicos de psicologia não responderam a questão, podemos inferir, seja porque não entenderam a pergunta, não descartam a hipótese da utilização de agrotóxicos nas lavouras ou porque realmente desconhecem esses fatores.

É amplamente divulgado pela produção científica e nos meios de comunicação nos últimos anos o papel preventivo das frutas, legumes e verduras ricos em vitaminas e fatores onco protetores, como por exemplo, beta-caroteno, ácido ascórbico que evitam a conversão de nitritos para nitrosaminas e protegem as células sadias da ação dos agentes cancerígenos, reduzindo o risco de ter câncer, tornando-se fatores de proteção para o câncer de mama⁽¹¹⁾.

Realização de exercícios físicos (no mínimo três vezes por semana)

Observamos que 95,2% dos acadêmicos de enfermagem, 100% dos acadêmicos de fisioterapia e 64% de psicologia responderam que exercícios físicos regularmente é fator de proteção para o câncer de mama.

As atividades físicas no mínimo três vezes na semana, possibilitam um alívio de tensões emocionais, uma tendência em normalizar os níveis de glicose, gorduras e diversas outras substâncias, a manter os níveis pressóricos mais baixos, estimula o emagrecimento, o aumento da densidade óssea,

aumento a massa muscular, proporcionando uma prevenção para o câncer de mama, bem como para diversas outras doenças⁽¹²⁾.

O INCA na parceria da *World Cancer de Research Foundation e American Institute for Cancer Research*, na publicação do Resumo: "Alimentos, Nutrição, Atividade Física e Prevenção do Câncer: uma perspectiva global" ressalta que a maioria das populações e indivíduos que vivem em ambientes urbanos e industrializados tem níveis de atividades abaixo dos níveis necessários para a prevenção do câncer⁽¹³⁾.

Os institutos de pesquisas e organizações de combate ao câncer, tais como: a *International Agency for Research on Cancer*; a *International Union Against Cancer*; o *Health and Human Services*, o *World Cancer Research Foundation*, juntamente com os serviços de saúde pública de vários países, ressaltam que, para reduzir as taxas de desenvolvimento do câncer na população em geral, recomenda atividade física, sugerindo de dois a cinco dias na semana de atividade, com intensidade moderada a vigorosa, no período de 30 minutos à uma hora ou até mais, não esquecendo que as atividades podem tanto ser exercícios regulares, como atividades esportivas ou atividades diárias tais como trabalhos domésticos⁽¹²⁾.

Amamentação

Constatamos que 85,7% dos acadêmicos de enfermagem, 100% de fisioterapia, 60% de psicologia associam a amamentação com a prevenção do câncer de mama. Para 9,5% de enfermagem e 16% de psicologia respondem que não é um fator de proteção.

Os benefícios que a amamentação oferece à saúde da mulher são muito importantes, além do menor risco de câncer de mama e ovário, oferece também menor índice de fraturas de quadril por osteoporose e contribuição para o maior espaçamento entre gestações. A deficiência de ocitocina que é liberado durante a lactação favorece o estresse, a obesidade e comportamentos psicóticos, diminui as funções cognitivas e eleva o risco de câncer de mama⁽¹⁴⁾.

Acreditávamos que teríamos um percentual maior de acadêmicos de enfermagem com conhecimento neste aspecto da amamentação, por ser um conteúdo trabalhado na área da saúde da mulher e na saúde do adulto nesta universidade.

Manutenção do peso ideal, evitando obesidade e sobre peso, dentro do IMC (Índice de Massa Corpórea: peso/altura)

Observou-se que 85,7% dos acadêmicos de enfermagem, 100% de fisioterapia e 56% de psicologia respondem que a manutenção do peso ideal é essencial para a prevenção do câncer de mama. Enquanto 14,3% dos acadêmicos de enfermagem e 24% de psicologia, respondem que a manutenção do peso ideal não é uma medida de prevenção do câncer de mama.

O excesso de peso (ou de massa gorda) gera alterações de mecanismos fisiológicos como a formação de radicais livres e danos oxidativos, redução da capacidade de reparo do DNA, modificação das atividades de enzimas carcinógenas, aumento do refluxo gástrico e do trânsito gastrintestinal, resultando numa maior exposição da mucosa a ácidos, aumentando a possibilidade de desenvolvimento de resistência à insulina e alterações no equilíbrio hormonal endógeno⁽¹⁴⁾.

A manutenção de um peso saudável ao longo da vida refere o INCA, pode ser uma das formas mais importantes de se proteger contra o câncer, além de também proteger contra diversas outras doenças crônicas comuns⁽²⁾.

Uso de anticoncepcional oral

O uso de anticoncepcional oral não é um fator de prevenção do câncer de mama e percebe-se que, 80,9% dos acadêmicos de enfermagem, 100% de fisioterapia e 64% de psicologia demonstram conhecimento. Mas, 24% do curso de psicologia e 9,5% do curso de enfermagem não responderam à questão. Percebe-se que o percentual demonstrando o nível de conhecimento é favorável.

Os fatores hormonais podem estar associados ao aumento de risco do câncer de mama. A utilização tanto de anticoncepcionais orais, como da terapia de reposição hormonal devem ser bem avaliada. No entanto, 9,5% dos acadêmicos de enfermagem e 12% dos acadêmicos de psicologia respondem que o uso do anticoncepcional é uma forma de prevenção, supomos que este resultado é devido às controvérsias sobre o uso de anticoncepcional e o câncer de mama.

Com o propósito de evitar uma concepção indesejada e de tratar problemas e doenças, o anticoncepcional oral tem seus benefícios, tais como:

oferece menor incidência de Doença Inflamatória Pélvica (DIP), salpingite, câncer de endométrio e de ovário, gestações ectópicas, doenças benignas de mama, cistos ovarianos, miomas, endometriose, artrite reumatóide, maior regularidade menstrual com menor fluxo, menos dismenorréia e anemia e maior proteção contra aterosclerose⁽¹⁵⁾.

Menopausa tardia (depois dos 50 anos)

Vale destacar que a menopausa tardia não é um fator de prevenção do câncer de mama e 76,2% dos acadêmicos de enfermagem, 100% de fisioterapia e 68% de psicologia demonstram conhecimento. Sendo que 14,3% dos acadêmicos de enfermagem respondem que é um fator de proteção e 28% da psicologia não respondem à questão. Resaltamos que, menopausa tardia é considerada fator de risco devido à exposição prolongada ao estrogênio.

O aumento do risco de câncer de mama associado com o tratamento para menopausa à base de estrogênio, bem como com a progesterona eleva esse risco, sendo que com a suspensão das duas drogas há uma diminuição do risco em desenvolver o câncer de mama⁽¹⁶⁾.

Realização de terapia de reposição hormonal (hormônios usados para combater os sintomas da menopausa).

A realização de terapia de reposição hormonal não é um fator de prevenção do câncer de mama, sendo que 61,9% dos acadêmicos de enfermagem, 75% de fisioterapia e 56% de psicologia demonstram conhecimento, apesar de 23,8% do curso de enfermagem, 25% de fisioterapia e 16% da psicologia acreditam ser fator de proteção. Observa-se também que 14,3% da enfermagem e 28% da psicologia não respondem à questão.

O uso de reposição hormonal para menopausa pode estar associado com um aumento de risco significativo para o câncer de mama. Deve-se avaliar o real benefício, necessitando de acompanhamento clínico e radiológico em pacientes de risco para o câncer de mama, pois o estrogênio não induz o aparecimento do tumor, mas pode propiciar a sua proliferação⁽¹⁷⁾.

Observou-se que nos fatores de consumo de legumes, verduras e frutas; realização de exercícios físicos (no mínimo 3 vezes por semana); amamentação; manutenção do peso ideal, evitando obesidade e sobre peso, dentro do IMC; uso de anti-

concepcional oral; e, menopausa tardia teve 100% das respostas afirmativas dos acadêmicos de fisioterapia. Este dado aponta que estes acadêmicos estão apreendendo a informação tanto em nível acadêmico e social com uma maior efetividade. Para repensar entre os acadêmicos de enfermagem e psicologia a necessidade de reforçar a educação em saúde em nível de universidade, bem como a avaliação de como estes conteúdos estão sendo abordados na graduação, principalmente da enfermagem.

CONCLUSÕES

Concluimos que, em relação aos fatores de prevenção do câncer de mama, os acadêmicos dos cursos de enfermagem e fisioterapia demonstraram ter maior conhecimento do que os acadêmicos de psicologia. Houve um percentual maior entre os acadêmicos de psicologia, que não responderam as questões. O objetivo de identificar o conhecimento dos acadêmicos foi alcançado no grupo estudado.

Identificamos no estudo que compreender a relação existente entre o nível de conhecimento e os fatores de prevenção contra o câncer de mama numa perspectiva inter e pluridisciplinar, é importante para repensarmos a inserção da educação em saúde, como conteúdo curricular imprescindível na promoção de uma universidade saudável. Por outro lado, sendo o câncer de mama um agravo crônico e não transmissível, a educação, tendo em vista a sua prevenção e detecção precoce, não deve se constituir na simples transmissão de informação, mas ter por base o contexto sociocultural dos acadêmicos, seus valores, crenças e conhecimento. A questão está em como os cursos podem inserir essa prática em seus currículos e no cotidiano universitário, enfatizando o valor da educação em saúde junto à comunidade universitária, para democratizar o acesso à informação e a promoção de estilo de vida saudável. Portanto, a necessidade de ampliar a investigação em novos estudos para direcionar ações efetivas de orientação, de prevenção para o câncer de mama no meio universitário.

REFERÊNCIAS

- 1 Instituto Nacional do Câncer. Controle do câncer de mama: documento de consenso [Internet]. Rio de Janeiro; 2004 [citado 2011 fev 02]. Disponível em:

- <http://www.inca.gov.br/publicacoes/Consensointegra.pdf>.
- 2 Instituto Nacional do Câncer. Programa Nacional de Controle do Câncer do Colo do Útero e de Mama: Viva Mulher [Internet]. Rio de Janeiro; 2007 [citado 2011 fev 02]. Disponível em: <http://www.inca.gov.br/enfermagem/docs/cap5.pdf>.
 - 3 Corbellini V. Câncer de mama: encontro solitário com o temor do desconhecido. Rev Gaúcha Enferm [Internet]. 2001 [citado 2010 jul 04];22(1):42-68. Disponível em: <http://www.seer.ufrgs.br/index.php/RevistaGauchadeEnfermagem/ojs/login.php>.
 - 4 Sociedade Brasileira de Climatério. Consenso brasileiro multidisciplinar de assistência à saúde da mulher climatérica [Internet]. São Paulo; 2008 [citado 2011 jan 31]. Disponível em: <http://p.download.uol.com.br/menopausa/Consenso%20-%2Menopausa.pdf>.
 - 5 Sociedade Brasileira de Mastologia. Câncer de mama masculino: uma doença diferente? Rev Bras Mastol [Internet]. 2008 [citado 2011 fev 02];18(4):165-70. Disponível em: <http://www.sbmastologia.com.br/revista%202009/18-04/pag%20165.pdf>.
 - 6 Ferreira PC, Neves NM, Dias RD. Educação e assistência fisioterapêutica às pacientes pós-cirúrgicas do câncer de mama. In: Anais do 8º Encontro de Extensão da UFMG; 2005 out 3-8; Belo Horizonte, Brasil. Belo Horizonte: UFMG; 2005.
 - 7 Instituto Nacional do Câncer. Tipos de câncer: mama [Internet]. Rio de Janeiro; 2010 [citado 2010 mar 13]. Disponível em: <http://www.inca.gov.br/wps/wcm/connect/tiposdecancer/site/home/mama>.
 - 8 Pirhardt CR, Terra KL, Mercês NNA. Prevenção e detecção precoce do câncer de mama: nível de conhecimento dos acadêmicos de uma universidade [monografia]. Biguaçu: Universidade do Vale do Itajaí; 2008.
 - 9 Ministério da Saúde (BR), Conselho Nacional de Saúde. Resolução 196, de 10 de outubro de 1996: diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisa envolvendo seres humanos. Brasília (DF); 1996.
 - 10 Guimarães AL. Por que hoje no Brasil mais mulheres buscam o ensino superior? [Internet]. Rio de Janeiro: Universidade Federal do Rio de Janeiro; 2003 [citado 2011 jan 31]. Disponível em: <http://www.bdae.org.br/dspace/bitstream/123456789/1773/1/tese.pdf>.
 - 11 Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento (BR). Promoção do consumo de frutas, legumes e verduras no ambiente de trabalho: diagnóstico inicial [Internet]. Rio de Janeiro; 2008 [citado 2011 nov 29]. Disponível em: <http://www.ctaa.embrapa.br/publicacao/upload/pub-117.pdf>.
 - 12 Pedroso W, Araújo MB, Stevanato E. Atividade física na prevenção e na reabilitação do câncer. Motriz [Internet]. 2005 [citado 2011 fev 02];11(3):155-60. Disponível em: <http://www.rc.unesp.br/ib/efisica>.
 - 13 Instituto Nacional do Câncer. Resumo alimentos, nutrição, atividade física e prevenção do câncer: uma perspectiva global [Internet]. Rio de Janeiro; 2007 [citado 2011 fev 02]. Disponível em: http://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/publicacoes/alimentos_atividade_prevencao_cancer.pdf.
 - 14 Rea MF. Os benefícios da amamentação para a saúde da mulher. J Pediatr (Rio J) [Internet]. 2004 [citado 2008 jun 10];80(5):142-6. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/jped/v80n5s0/v80n5s0a05.pdf>.
 - 15 Rivoire WA, Rocha ML, Heleusa JG. Neoplasias do corpo uterino. In: Freitas F, Menke CH, Rivoire WA. Rotinas de ginecologia. 4ª ed. Porto Alegre: Artmed; 2001. p. 231-50.
 - 16 Halbe HW, Fonseca AM, Bagnoli VR, Borato MG, Ramos LO, Lopes CMC. Epidemiologia do climatério. Sinopse Ginecol Obstet [Internet]. 2002 [citado 2011 jan 31];(2):36-9. Disponível em: http://www.moreirajr.com.br/revistas.asp?id_materia=2092&fase=imprime.
 - 17 Magalhães JA, Müller AL. Ultra-sonografia em ginecologia. In: Freitas F, Menke CH, Rivoire WA. Rotinas de ginecologia. 4ª ed. Porto Alegre: Artmed; 2001. p. 413-21.

**Endereço da autora / Dirección del autor /
Author's address:**

Catia Regina Pirhardt Freitas
Rua Douglas Seabra Levier, 163, ap. 201, bl. E
88040-410, Florianópolis, SC
E-mail: pirhardt132@hotmail.com

Recebido em: 07/09/2010
Aprovado em: 27/10/2011