

---

## **XII MOSTRA INTERDISCIPLINAR DO CURSO DE ENFERMAGEM**

---

### **AUTOCUIDADO EM SAÚDE DA MULHER PARA PREVENÇÃO DO CÂNCER DE MAMA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA**

**Vitória de Oliveira Lima**

Discente do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Católica de Quixadá (UNICATÓLICA)

Membra do grupo de estudo e pesquisa de enfermagem em saúde da mulher (GPESM).

E-mail: vitorialima.vl223@gmail.com

**Antônia Gerlene de Lima Oliveira**

Discente do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Católica de Quixadá (UNICATÓLICA)

Membra do grupo de estudo e pesquisa de enfermagem em saúde da mulher (GPESM).

E-mail: lennyll.lima@gmail.com

**Liene Ribeiro de Lima**

Docente do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Católica de Quixadá (Unicatólica).

E-mail: lienelima@unicatolicaquixada.edu.br

#### **RESUMO**

Introdução: O autocuidado é uma das melhores formas de prevenção contra não somente o câncer de mama, mas também para todas as patologias que acometem a saúde da mulher. Tendo em vista a importância da disseminação do conhecimento e conscientização sobre essa temática, surge a necessidade das ações em projetos de extensão com foco no desenvolvimento de metodologias didáticas e acessíveis à determinada população para que essa ideia seja implementada. Partindo desse pressuposto, foi realizado, através do projeto de extensão sobre saúde da mulher, ações voltadas para enfatizar a necessidade do conhecimento sobre o câncer de mama, e através dessas palestras foram observadas uma lacuna relacionada aos desafios ainda existentes não só para as mulheres, como também para os profissionais que promovem saúde com relação a persistência da grande taxa de casos por câncer de mama detectados em estágios avançados e de mortalidade de mulheres pelo mesmo. Objetivo: Averiguar a postura das mulheres com relação ao nível de conhecimento sobre a temática e autoconhecimento sobre si mesma bem como observar as principais dificuldades e persistências em realizar o exame preventivo das mamas. Metodologia: Esse estudo baseia-se em um relato de experiência através de uma ação de educação em saúde do projeto de extensão sobre gestantes e puérperas do curso de enfermagem do Centro Universitário Católica de Quixadá. Referida ação foi realizada na policlínica regional da cidade de Quixadá, no mês de outubro de 2021, com a temática sobre a prevenção do câncer de mama referente ao outubro rosa realizada para mulheres presentes na instituição de saúde. Resultados: Após a realização da educação em saúde direcionado à temática do outubro rosa, observou-se que a maioria das mulheres possuía um conhecimento alto e até mesmo aceitável no que se refere ao câncer de mama, principalmente sobre os sinais e sintomas do câncer de mama, estágios da doença e, a importância do autoexame para a detecção precoce de referida patologia. No entanto, foi perceptível que um grande desafio dessas mulheres é quanto o autocuidado, pois muitas delas apresentam um descuido consigo mesma e/ou a sensação de que se trata de uma realidade distante e difícil de acometer as mesmas. Um aspecto importante relatado pelas mulheres é que essas orientações sobre o câncer de mama ocorrem somente no mês de outubro, enquanto os demais períodos há uma escassez no repasse dessas informações, principalmente para mulheres que residem em áreas com acesso mais difícil da cidade, como as comunidades de área rural. Conclusão: Um dos maiores desafios atuais se concentra não só na expansão de

conhecimento sobre o câncer de mama, como também a absorção desses conhecimentos e a prática que fica a desejar, tornando ações simples de autocuidado um tabu ainda a ser quebrado. Por meio deste, é imprescindível o acompanhamento por meio de educações em saúde não somente no mês referente a prevenção dessa patologia, como também durante todo o ano, com didáticas mais dinâmicas que permitam que essas mulheres se tornem personagens ativas na aquisição de novos conhecimentos e assim possa realmente saber como proceder o autocuidado consigo mesmas.

**Palavras-chave:** Autocuidado. Saúde da mulher. Câncer de mama. Educação em saúde.