

RECOMENDAÇÕES FRENTE AO CÂNCER DE COLO DE ÚTERO E DE MAMA: a educação em saúde como estratégia de prevenção para a saúde da mulher

Enimar de Paula¹; Maria Barbara Barreyra de Medeiros²; Heitor Campos Monteiro³; Christiane Lourenço Braga⁴; Larissa Christiny Amorim dos Santos⁵; Renata D'Alegria Tuza de Oliveira⁶; Marcia Cristina dos Santos⁷; Daniella Karen Lomar Andrade⁸; Hannah Victoria Leopoldino dos Reis Campello⁹; Wanderson Alves Ribeiro¹⁰ Thamires Vaz Costa¹¹; Meg Belo Miranda¹²; Isabela Carvalho dos Santos¹³; Daiana Silva Lima¹⁴; Mônica Guimarães da Silva¹⁵; Ketlin Ferreira Cavalcante¹⁶; Felipe Gomes de Oliveira Neves¹⁷; Samira Zada Said de Albuquerque¹⁸; Jesuina Marcia Nascimento da Silva¹⁹

REVISÃO DE LITERATURA

RESUMO

Introdução: Entre as mulheres em todo o mundo, o câncer de colo de útero e de mama estão entre os tipos de câncer mais prevalentes. Ambos os cânceres têm uma relação direta com a saúde feminina e são passíveis de prevenção, desde que medidas preventivas sejam tomadas de forma regular. **Objetivo:** tem como objetivo geral discutir a importância da conscientização e do cuidado com a saúde feminina na prevenção do câncer de colo de útero e de mama. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão bibliográfica de caráter descritivo e abordagem qualitativa, com análise de literaturas científicas que nos remetam ao objeto de pesquisa. **Análise e discussão dos resultados:** A conscientização da população e a educação em saúde são medidas essenciais para a prevenção do câncer de colo de útero e mama. Campanhas de conscientização podem contribuir para a disseminação de informações e para a redução da incidência desses tipos de câncer. É fundamental estar ciente dos fatores de risco relacionados ao câncer de colo de útero e de mama para detectar essas doenças em estágios iniciais. Ao conhecer os sinais e sintomas dessas neoplasias, as mulheres podem procurar ajuda médica mais cedo, aumentando as chances de cura e reduzindo a mortalidade. **Conclusão:** A prevenção desempenha um papel crucial na diminuição da ocorrência de câncer de colo de útero e mama. A realização regular de exames preventivos, a vacinação, a adoção de hábitos de vida saudáveis e a educação em saúde são algumas das principais medidas preventivas para esses tipos de câncer.

Palavras-chave: Prevenção; Câncer de mama; Câncer de colo de útero.



RECOMMENDATIONS REGARDING CERVICAL AND BREAST CANCER: health education as a prevention strategy for women's health

ABSTRACT

Introduction: Among women worldwide, cervical and breast cancer are among the most prevalent types of cancer. Both cancers have a direct relationship with women's health and are preventable provided preventive measures are taken regularly. **Objective:** The general objective is to discuss the importance of awareness and care for women's health in the prevention of cervical and breast cancer. **Methodology:** This is a descriptive and qualitative bibliographic review with an analysis of scientific literature related to the research object. **Analysis and discussion of results:** Population awareness and health education are essential measures for preventing cervical and breast cancer. Awareness campaigns can contribute to the dissemination of information and reduce the incidence of these types of cancer. It is essential to be aware of the risk factors related to cervical and breast cancer to detect these diseases in early stages. By knowing the signs and symptoms of these neoplasms, women can seek medical help earlier, increasing the chances of cure and reducing mortality. **Conclusion:** Prevention plays a crucial role in reducing the incidence of cervical and breast cancer. Regular preventive examinations, vaccination, adoption of healthy lifestyles, and health education are some of the main preventive measures for these types of cancer.

Keywords: Prevention; Breast cancer; Cervical cancer.

Instituição afiliada – 1. Enfermeiro. Docente do curso de graduação em enfermagem. Coordenador do curso de pós-graduação em enfermagem obstétrica da Universidade Iguazu (UNIG). 2- Enfermeira. Acadêmica de Medicina da Universidade Iguazu (UNIG); 3- Acadêmico de Medicina da Universidade Iguazu (UNIG). 4- Enfermeira; Acadêmica de Medicina da Universidade Iguazu (UNIG). 5- Enfermeira formada pela Universidade Iguazu. 6- Fisioterapeuta Pós graduada em Fisioterapia Dermatofuncional pela Univesidade Castelo Branco (UCB); 7- Acadêmica do 6º período de enfermagem da Universidade Iguazu (UNIG); 8- Acadêmico de enfermagem no 10º período da Universidade Iguazu (UNIG); 9- Acadêmica de Enfermagem do 8º período da Universidade Iguazu (UNIG); 10- Enfermeiro; Mestre e Doutorando em Ciências do Cuidado em Saúde pelo Programa Acadêmico em Ciências do Cuidado em Saúde da Universidade Federal Fluminense; Pós-graduado em Estomaterapia pela Universidade Estadual do Rio de Janeiro; Acadêmico de Medicina pela Universidade Iguazu. 11- Acadêmica de enfermagem da Universidade Iguazu (UNIG). 12- Acadêmica de enfermagem da Universidade Iguazu (UNIG). 13- Acadêmica de enfermagem da Universidade Iguazu (UNIG). 14- Enfermeira Obstetra pela Universidade Estácio de Sá (UNESA); Mestre em Saúde da Mulher pela Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO); Docente em Enfermagem na Universidade Iguazu (UNIG) e UNESA; 15- Enfermeira. Pós-graduação em enfermagem em Obstetrícia pela Universidade Iguazu (UNIG); 16- Acadêmica de Medicina da Universidade de Sá – UNESA. 17- Acadêmico do curso de graduação em Medicina da Universidade Iguazu. 18 - Enfermeira. Pós-graduanda em enfermagem obstétrica pela Universidade Iguazu (UNIG). 19- Enfermeira. Pós-graduanda em Pediatra e Neonatologia pelo Centro Universitário Celso Lisboa; Pós-graduanda em enfermagem obstétrica pela Universidade Iguazu (UNIG).

Dados da publicação: Artigo recebido em 04 de Setembro e publicado em 14 de Outubro de 2023.

DOI: <https://doi.org/10.36557/2674-8169.2023v5n5p1027-1050>

Autor correspondente: Wanderson Alves Ribeiro - wandersonalves@hotmail.com



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



INTRODUÇÃO:

Aproximação da Temática (trazer conceitos sobre o tema)

Entre as mulheres em todo o mundo, o câncer de colo de útero e de mama estão entre os tipos de câncer mais prevalentes. Ambos os cânceres têm uma relação direta com a saúde feminina e são passíveis de prevenção, desde que medidas preventivas sejam tomadas de forma regular. Por isso, a conscientização e o cuidado com a saúde feminina são fundamentais para evitar o desenvolvimento dessas doenças (SANTOS et al., 2019).

A causa principal do câncer de colo de útero é a infecção pelo vírus do papiloma humano (HPV), que pode ser prevenida por meio da vacinação. Além disso, a realização regular do exame preventivo (conhecido como Papanicolau) é fundamental para a detecção precoce do câncer e, assim, aumentar as chances de cura. É importante ressaltar que, quando detectado em estágios iniciais, essa neoplasia tem uma alta taxa de cura (SILVA et al., 2021).

Já o câncer de mama é causado por uma série de fatores de risco, incluindo idade, histórico familiar e estilo de vida. A mamografia é considerada uma das principais estratégias de prevenção do câncer de mama, uma vez que possibilita a detecção precoce da doença, o que aumenta as chances de um tratamento bem-sucedido e a possibilidade de cura. Além disso, o autoexame também é uma forma de prevenção, uma vez que permite a identificação de possíveis alterações nas mamas (BATISTA et al., 2020; OLIVEIRA et al., 2019).

Muitas mulheres ainda deixam de adotar medidas preventivas eficazes para o câncer de colo de útero e mama, apesar de sua disponibilidade e eficácia. Por isso, é necessário aumentar a conscientização sobre a importância da prevenção, bem como realizar campanhas de saúde direcionadas às mulheres. É preciso destacar que a prevenção é fundamental para garantir a saúde feminina e evitar o desenvolvimento desses tipos de câncer (DUARTE; BUSTAMANTE-TEIXEIRA, 2018).

Além disso, para que todas as mulheres tenham acesso a exames preventivos, vacinas e informações sobre a prevenção desses tipos de câncer, é essencial que as políticas públicas de saúde ofereçam condições adequadas. Evitar o câncer de colo de útero e de mama por meio da prevenção é a abordagem mais eficaz, e cabe ao sistema de saúde fornecer as ferramentas necessárias para as mulheres cuidarem de sua saúde preventivamente (COSTA et al., 2019).

Por último, vale ressaltar que a prevenção é uma arma poderosa contra o surgimento desses tipos de câncer. Com conscientização, acesso a informações e medidas preventivas, é



possível reduzir a incidência dessas doenças graves e garantir a saúde e o bem-estar das mulheres. Investir em prevenção é investir em qualidade de vida (SANTOS et al.,2019).

Apresentação do Problema

Embora medidas preventivas eficazes para o câncer de colo de útero e de mama estejam disponíveis, esses tipos de câncer ainda representam um grande desafio para a saúde pública em todo o mundo. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), o câncer de mama é o segundo câncer mais comum entre as mulheres, enquanto o câncer de colo de útero ocupa o quarto lugar. Além disso, é preocupante que muitas mulheres ainda sejam diagnosticadas em estágios avançados da doença, reduzindo significativamente as chances de um tratamento bem-sucedido e cura (OMS, 2022)

Uma das principais causas dessa problemática é a falta de conscientização sobre a importância da prevenção. Muitas mulheres ainda negligenciam os cuidados com a saúde feminina, seja por falta de informação, por medo ou por falta de acesso aos serviços de saúde. Além disso, há ainda uma série de barreiras socioeconômicas que dificultam o acesso das mulheres aos serviços de saúde, como a falta de transporte, a falta de recursos financeiros e a falta de tempo (SANTOS et al.,2019).

A ausência de investimentos em políticas públicas de saúde é uma das causas para a problemática enfrentada no combate ao câncer de colo de útero e de mama. Em muitos países, ainda não são fornecidas as condições necessárias para que todas as mulheres possam ter acesso aos exames preventivos, vacinas e informações acerca da prevenção desses tipos de câncer. Além disso, muitas vezes, os serviços de saúde são insuficientes, o que leva a longas filas de espera e atrasos no diagnóstico e no tratamento (COSTA et al.,2019).

Ademais, existem diversos obstáculos relacionados à carência de conhecimento e à disseminação de informações equivocadas sobre a prevenção do câncer de colo de útero e de mama. Muitas mulheres acreditam que o exame preventivo é doloroso ou invasivo, o que acaba afastando-as dos serviços de saúde. Além disso, a falta de conhecimento acerca da vacinação contra o HPV ainda é um empecilho para muitas mulheres prevenirem o câncer de colo de útero (MESQUITA et al.,2020).

Por fim, a problemática relacionada ao câncer de colo de útero e de mama também está relacionada à falta de investimentos em pesquisa e desenvolvimento de novas tecnologias de diagnóstico e tratamento. Muitos casos ainda são diagnosticados em estágios avançados, o que diminui as chances de cura. Além disso, muitas mulheres ainda enfrentam desafios no acesso



aos tratamentos, seja pela falta de recursos financeiros ou pela falta de acesso aos serviços de saúde especializados (DUARTE; BUSTAMANTE-TEIXEIRA, 2018).

Frente a essas dificuldades, torna-se imprescindível a promoção de uma maior conscientização acerca da relevância da prevenção do câncer de colo de útero e de mama, assim como o aumento dos recursos investidos em políticas públicas de saúde. Somente assim será possível reduzir a incidência desses tipos de câncer e garantir a saúde e o bem-estar das mulheres em todo o mundo (COSTA et al.,2019).

Justificativa do estudo (Porque é importante abordar esse tema?)

Primeiramente, a incidência desses tipos de câncer continua a ser significativa em todo o mundo, especialmente em países em desenvolvimento, onde o acesso aos serviços de saúde é limitado. Dessa forma, o estudo pode ajudar a identificar as principais barreiras que impedem as mulheres de se prevenirem e ajudar a desenvolver políticas de saúde mais eficazes (SANTOS et al.,2019).

A prevenção do câncer de colo de útero e de mama é uma questão de saúde pública que tem efeitos negativos na qualidade de vida das mulheres e de suas famílias. Os custos financeiros e emocionais de tratar esses tipos de câncer são significativos, especialmente quando as mulheres são diagnosticadas em estágios avançados. Assim, um estudo que explore formas de prevenir esses tipos de câncer pode ter um impacto positivo na qualidade de vida das mulheres e de suas famílias (BATISTA et al.,2020; REZENDE et al.,2021).

Uma razão adicional é o reconhecimento de que a prevenção é crucial para a diminuição da mortalidade e do impacto negativo do câncer de colo de útero e de mama. A identificação precoce desses cânceres é fundamental para o êxito do tratamento, e a prevenção é a melhor forma de garantir que esses tipos de câncer sejam detectados em estágios iniciais (DUARTE; BUSTAMANTE-TEIXEIRA, 2018).

Além disso, um estudo sobre a prevenção dessas neoplasias pode contribuir para a redução das desigualdades sociais e de gênero na saúde. Mulheres que vivem em áreas rurais ou que têm baixo nível socioeconômico geralmente têm menor acesso aos serviços de saúde, o que pode limitar sua capacidade de se prevenir contra esses tipos de câncer. Ao identificar essas barreiras e propor soluções, um estudo pode ajudar a reduzir essas desigualdades (COSTA et al.,2019).



Outra justificativa é a importância de desenvolver estratégias de prevenção mais acessíveis e adaptáveis a diferentes contextos culturais. É crucial considerar as diferentes crenças e atitudes que as mulheres possam ter em relação à prevenção do câncer de colo de útero e de mama ao desenvolver estratégias de prevenção. As diferenças culturais devem ser levadas em conta para garantir que essas estratégias sejam eficazes e atinjam o público-alvo de forma adequada (SANTOS et al., 2019).

Por fim, uma pesquisa sobre a prevenção do câncer de colo de útero e de mama pode colaborar com o avanço de tecnologias e técnicas mais efetivas na prevenção e detecção desses tipos de câncer. Isso pode incluir o desenvolvimento de vacinas mais eficazes, aprimoramento de métodos de rastreamento e diagnóstico, além da identificação de novos fatores de risco para esses tipos de câncer (MOREIRA; ANDRADE., 2018).

Questões norteadoras

Quais são os fatores de risco para o câncer de colo de útero e de mama?

Qual o impacto da educação em saúde na conscientização da população sobre os fatores de risco para o câncer de colo de útero e de mama e na adoção de medidas preventivas?

Objetivo geral

Este artigo tem como objetivo geral discutir a importância da conscientização e do cuidado com a saúde feminina na prevenção do câncer de colo de útero e de mama.

Objetivos específicos

- Identificar as principais medidas preventivas para o câncer de colo de útero e de mama.
- Avaliar a importância da educação em saúde na conscientização da população sobre os fatores de risco para o câncer de colo de útero e de mama e na adoção de medidas preventivas.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão bibliográfica de caráter descritivo e abordagem qualitativa, com análise de literaturas científicas que nos remetam ao objeto de pesquisa.

A pesquisa é um procedimento reflexivo sistemático, controlado e crítico, que permite descobrir novos fatos ou dados, relações ou leis, em qualquer campo do conhecimento. Ou seja, é um procedimento formal, com método de pensamento reflexivo, que requer um tratamento científico e constitui no caminho para conhecer a realidade ou para descobrir verdades parciais (LAKATOS e MARCONI, 2017).



RECOMENDAÇÕES FRENTE AO CÂNCER DE COLO DE ÚTERO E DE MAMA: a educação em saúde como estratégia de prevenção para a saúde da mulher
de Paula et. al.

A pesquisa bibliográfica é elaborada com base em material já publicado com o objetivo de analisar posições diversas em relação a determinado assunto (GIL, 2010).

Na concepção de Minayo (2007), a pesquisa qualitativa trabalha com o universo de significados, motivos, aspirações, crenças, valores e atitudes, o que corresponde a um espaço mais profundo das relações, dos processos e dos fenômenos que não podem ser reduzidos a operacionalização de variáveis. Aplicada inicialmente em estudos de antropologia e sociologia, como contraponto a pesquisa quantitativa dominante, tem alargado seu campo de atuação a áreas como Psicologia e educação. A pesquisa qualitativa é criticada por seu empirismo, subjetividade e pelo envolvimento emocional do pesquisador.

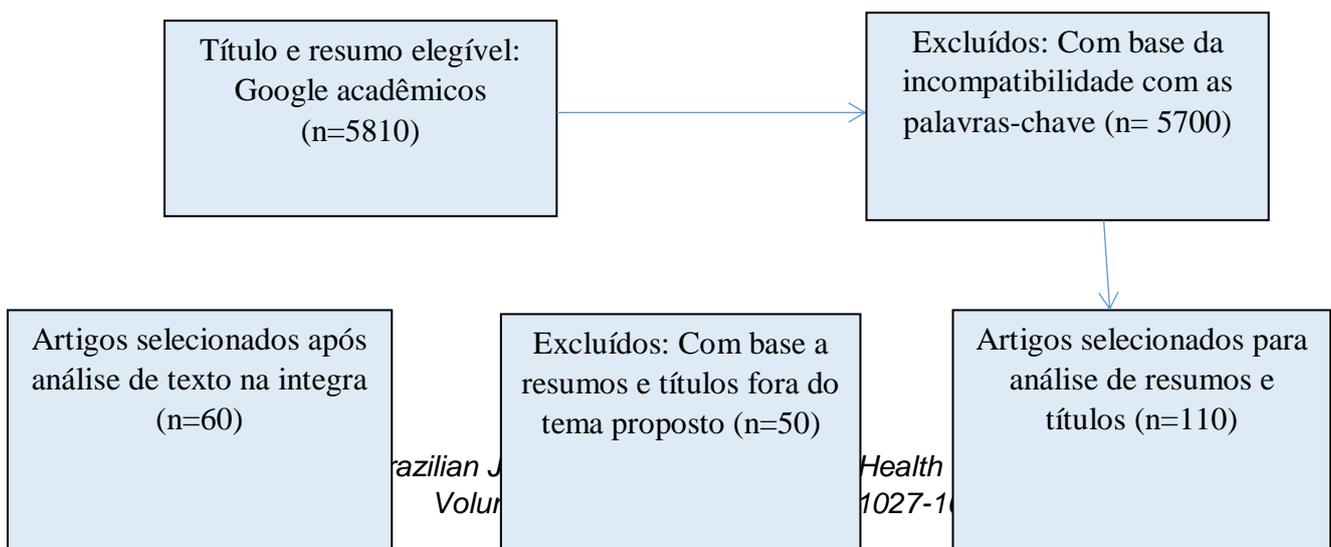
Entendemos que a abordagem qualitativa é aquela que trabalha com o universo dos significados, motivos, aspirações, crenças, valores e atitudes (MINAYO, 2010).

Considerando a necessidade de analisarmos o conhecimento nacional produzido sobre o protagonismo do enfermeiro na consulta do pré-natal de baixo risco, buscamos em um primeiro momento consultar no Google Acadêmico. Cabe mencionar que é uma biblioteca eletrônica e *on-line* que abrange uma coleção selecionada de periódicos científicos brasileiros. Entende-se que o acesso a esse banco de informações oferece um panorama das produções científicas publicadas e mais consultadas pela maioria dos profissionais de saúde e pesquisadores na área da saúde pública.

Utilizou-se as palavras-chave: Prevenção; Câncer de mama; Câncer de colo útero.

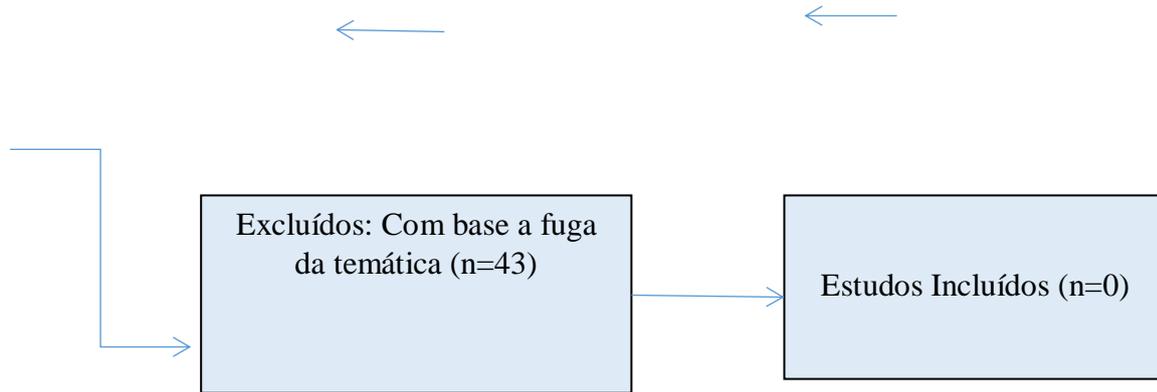
Utilizamos como critérios de seleção da literatura, artigos completos, publicados em português, no período de 2017-2022, e os critérios de exclusão os artigos repetidos, publicações com textos indisponíveis, fora da língua vernácula e estudos com mais de 5 anos de publicação, fora do recorte temporal.

Fluxograma 1 – Seleção de estudos para revisão da literatura.





RECOMENDAÇÕES FRENTE AO CÂNCER DE COLO DE ÚTERO E DE MAMA: a educação em saúde como estratégia de prevenção para a saúde da mulher
de Paula et. al.



Fonte: Produção dos autores, 2022.

Nota-se no Fluxograma 1 que nas bases de dados do Google acadêmico e encontrou-se 5.810 resumos utilizando as palavras-chave escolhidas. Dentre os selecionados, 5.700 artigos foram excluídos com base na incompatibilidade com os descritores, deixando-se 110 artigos para leitura de resumos e títulos. Excluindo-se 50 artigos com títulos ou resumos incompatíveis ao tema proposto, restando se 60 artigos que após leitura na íntegra. Exclui-se mais 43 artigos por fuga da temática. Restando assim o número de 17 artigos para realizar revisão literária.

A partir dessa leitura preliminar, foram selecionados 17 artigos que mantinham coerência com os descritores acima apresentados e com objetivo do estudo. A partir dessa análise, foi extraída a bibliografia potencial, explicitada no quadro 1 a seguir.

Quadro 1: Levantamento estrutural dos artigos selecionados nas bases de dados da temática

Título	Autores	Objetivo	Revista	Ano	Principais conclusões
Educação em saúde sobre o câncer do colo de útero: relato de experiência	SOUZA et al.	Relatar a vivência de acadêmicos de enfermagem na realização de atividade educativa em sala de espera, no	Research , Society and Develop ment	2022	A realização da intervenção resultou em importantes discussões que ampliaram o olhar do grupo de mediadores sobre as causas e influências que podem contribuir com as



RECOMENDAÇÕES FRENTE AO CÂNCER DE COLO DE ÚTERO E DE MAMA: a educação em saúde como estratégia de prevenção para a saúde da mulher

de Paula et. al.

		ambiente de uma Unidade Básica de Saúde, sobre o câncer de colo uterino			decisões em saúde da população e, desse modo, contribuindo para a construção de um processo de formação humanizada, equânime e integral à população.
Diretrizes, estratégias de prevenção e rastreamento do câncer do colo do útero: as experiências do Brasil e do Chile	CLARO et al.	Este artigo analisa as políticas e ações de controle do câncer do colo do útero no Brasil e no Chile, com foco na prevenção e no rastreamento.	Ciência & Saúde Coletiva	2021	As principais dificuldades para a consolidação de programas de rastreamento do câncer do colo do útero (não realização da busca ativa da população em risco, ausência de sistema de controle de qualidade dos exames e seguimento inadequado de mulheres com resultados alterados) são mais evidentes no Brasil
Conhecimento das mulheres acerca do exame preventivo do	REZENDE et al.	Identificar o conhecimento das mulheres do município do interior do	Research, Society and Development	2021	A presente pesquisa foi de suma importância para avaliar o conhecimento das



RECOMENDAÇÕES FRENTE AO CÂNCER DE COLO DE ÚTERO E DE MAMA: a educação em saúde como estratégia de prevenção para a saúde da mulher

de Paula et. al.

câncer de colo de útero		Tocantins, acerca da importância da realização do exame Preventivo do Câncer de Colo de Útero.			mulheres atendidas pela CEPS do IESC/FAG acerca do exame de PCCU, tendo em vista que apesar dos avanços médicos, científicos e tecno lógicos ao longo dos anos, o câncer do colo do útero ainda constitui um sério problema de saúde pública.
A importância da educação em saúde como forma de prevenção ao câncer de mama: um relato de experiência em uma unidade básica de saúde de Palmas/TO	NUNES et al.	trata-se de um relato de experiência acerca de uma ação em educação para mulheres em sala de espera para consulta de rotina com ginecologista em um território de saúde do município de Palmas-TO.	Revista Extensão	2020	A ação educativa mostrou-se, portanto, enriquecedora para todos os envolvidos, sobretudo, porque pôde, por meio do estabelecimento de um ambiente que foge tanto à rotina do atendimento nas Unidades Básicas de Saúde como do ensino acadêmico tradicional, promover o autocuidado e, conseqüentemente, a prevenção do câncer de mama foco educativo da ação



RECOMENDAÇÕES FRENTE AO CÂNCER DE COLO DE ÚTERO E DE MAMA: a educação em saúde como estratégia de prevenção para a saúde da mulher

de Paula et. al.

Entendendo o câncer de mama: educação em saúde	LOURENÇO et al.	Demonstrar os benefícios da educação em saúde sobre o câncer de mama para a população.	Enfermagem em Foco	2020	Conclui-se então que esta atividade de educação foi enriquecedora tanto para os discentes que a organizaram quanto para clientes do ambulatório, expondo uma relação entre a prevenção e a promoção da saúde dos usuários e com um projeto de extensão que visa compartilhar o conhecimento adquirido na academia, transcendendo seus muros para todos.
Conhecimentos, atitudes e práticas de mulheres frente ao exame preventivo do câncer do colo uterino	MESQUITA et al.	Identificar os conhecimentos, atitudes e práticas de mulheres frente ao exame preventivo do câncer do colo uterino.	Journal Health NPEPS	2020	É essencial a continuidade das ações integradas de educação em saúde, a fim de prevenir e controlar a doença, bem como garantir a continuidade do acesso, adesão e conhecimento das mulheres sobre a importância do exame.



RECOMENDAÇÕES FRENTE AO CÂNCER DE COLO DE ÚTERO E DE MAMA: a educação em saúde como estratégia de prevenção para a saúde da mulher

de Paula *et. al.*

Câncer de mama: fatores de risco e métodos de prevenção	BATISTA et al.	Destacar através de uma revisão integrativa da literatura os fatores de riscos associados ao câncer de mama bem como métodos de prevenção.	Research , Society and Develop ment	2020	Os estudos sobre fatores de risco do câncer de mama devem ser estimulados, assim como os métodos de prevenção ao câncer de mama.
Os impactos da alimentação na prevenção do câncer de mama: uma revisão da literatura	PEREIRA et al.	Realizar uma revisão bibliográfica sobre os impactos da alimentação na prevenção do câncer de mama.	Revista Perspectiva	2020	Os estudos evidenciam que uma alimentação adequada e saudável consegue colaborar para prevenir o câncer de mama em mulheres, independentemente da fase da vida; e a adoção de uma alimentação que priorize alimentos in natura e minimamente processados, aliada ao estilo de vida, pode garantir um melhor prognóstico.



RECOMENDAÇÕES FRENTE AO CÂNCER DE COLO DE ÚTERO E DE MAMA: a educação em saúde como estratégia de prevenção para a saúde da mulher

de Paula et. al.

Fatores de risco e Prevenção do Câncer de mama	OLIVEIRA et al.	Avaliar os fatores de risco para o desenvolvimento de câncer de mama e a importância da prevenção.	Cadernos da Medicina - UNIFES O	2019	Através dos resultados obtidos, foi possível responder os objetivos do estudo.
O conhecimento de mulheres sobre os métodos para prevenção secundária do câncer de mama	GONÇALVES et al.	Objetivou-se avaliar o conhecimento das mulheres sobre métodos de rastreamento do câncer de mama.	Ciência & Saúde Coletiva	2017	O estudo aponta para a necessidade de maior esclarecimento da população sobre os métodos de prevenção, evitando, assim, o diagnóstico tardio.
Acesso ao exame citológico do colo do útero em região de saúde: mulheres invisíveis e corpos vulneráveis	FERNANDES et al.	Avalia o acesso ao exame citológico do câncer do útero na Estratégia Saúde da Família (ESF), em municípios de uma região de saúde da Bahia	Cadernos de Saúde Pública	2019	Os resultados indicam a necessidade premente de ampliar os investimentos na ESF diante das fragilidades na infraestrutura e disponibilidade de insumos.



RECOMENDAÇÕES FRENTE AO CÂNCER DE COLO DE ÚTERO E DE MAMA: a educação em saúde como estratégia de prevenção para a saúde da mulher

de Paula et. al.

Ações educativas: papel da (o) enfermeira (o) na prevenção do câncer do colo do útero	FERRAZ et al.	O objetivo é identificar as ações desenvolvidas pela(o) enfermeira (o) na prevenção do câncer do colo de útero no âmbito da Atenção Primária.	Brazilian Journal of Development	2019	Conclui-se que as (os)enfermeiras (os)têm um papel fundamental na estratégia de prevenção, com desenvolvimento de ações educativas voltadas à saúde das mulheres não apenas a coleta de material para realização do exame preventivo.
A importância do exame papanicolau na saúde da mulher.	MOREIRA et al.	O objetivo desta pesquisa é analisar os fatores relacionados a não adesão do exame preventivo do exame Papanicolau bem como analisar os fatores de riscos que podem desenvolver o câncer do colo do útero.	Revista de Iniciação Científica e Extensão -REIcEn	2018	É importante que as mulheres compreendam a importância da realização do exame preventivo Papanicolau periodicamente e entendam a necessidade de realizá-lo como método de prevenção e não apenas quando apresentarem sintomatologia ginecológica.



Barreiras na implementação das diretrizes de detecção precoce dos cânceres de mama e colo do útero no Brasil	SANTO S et al.	O objetivo deste estudo foi identificar as barreiras na implementação das diretrizes para a detecção precoce do câncer de mama e do colo do útero no Brasil sob a perspectiva dos gestores do SUS.	Physis: Revista de Saúde Coletiva	2019	A comunicação ineficiente pode impactar na prática e adesão dos profissionais e usuários às recomendações e que as barreiras se relacionam a condições interdependentes e de forma sinérgica se potencializam nas dimensões práticas, sistêmicas e organizacionais.
Educação em saúde como forma de prevenção do câncer de colo de útero e de mama: um relato de experiência	COSTA et al.	O presente estudo tem como objetivo relatar as atividades de educação em saúde para prevenção do câncer de colo do útero e de mama em Unidade Básica de Saúde (UBS)	Caderno de Graduação - Ciências Biológicas e da Saúde - UNIT - SERGIP E	2019	Conclui-se que o desenvolvimento dessas atividades propostas pelos discentes de enfermagem possibilita um olhar amplo a respeito de questões que envolvem a prevenção dos cânceres de colo uterino e de mama, com a finalidade de estabelecer uma relação mútua de



RECOMENDAÇÕES FRENTE AO CÂNCER DE COLO DE ÚTERO E DE MAMA: a educação em saúde como estratégia de prevenção para a saúde da mulher

de Paula et. al.

		de um município de Sergipe.			conhecimentos entre população – estudantes.
Iniquidade Social e Mortalidade por Câncer de Mama e Colo do Útero: Uma Revisão Integrativa	DUARTE et al.	Identificar as principais publicações relacionadas à iniquidade social e mortalidade por câncer de mama (CAM) e/ou colo do útero (CCU) e investigar o tipo de associação existente entre fator e desfecho.	Revisão Integrativa de Literatura	2018	Conclusão: Áreas com grande desigualdade social apresentam maior mortalidade por CCU enquanto aquelas com melhor nível socioeconômico exibem altas taxas de mortalidade por CAM.
Construção de um material educativo para a prevenção do câncer de colo do útero	PEUKER et al.	Descrever o processo de construção de um material educativo (cartilha) sobre o CCU, visando a sua prevenção, percepção de consequências e tratamento.	Estudos Interdisciplinares em Psicologia	2017	O produto deste estudo foi a confecção de uma cartilha em formato de flor, com quatro histórias que abarcam os principais conteúdos relacionados aos comportamentos de prevenção do CCU.



--	--	--	--	--	--

ANÁLISE DE DADOS E RESULTADOS

Categoria 1 – Principais medidas preventivas para o câncer de colo de útero e de mama

O câncer de colo de útero e de mama são enfermidades que impactam inúmeras mulheres em todo o planeta. No entanto, esses tipos de câncer podem ser prevenidos com medidas simples, como a realização de exames preventivos e a adoção de hábitos saudáveis. Identificar esses tipos de câncer precocemente é crucial para a efetividade do tratamento e para assegurar a cura da doença (FERRAZ et al., 2019; BATISTA et al,2020).

Uma das medidas preventivas mais importantes para o câncer de colo de útero é o exame de Papanicolau, que pode detectar mudanças nas células cervicais que podem indicar a presença do câncer em estágios iniciais. Além disso, é fundamental que as mulheres realizem o autoexame das mamas regularmente a partir dos 20 anos de idade, a fim de identificar possíveis nódulos ou alterações que possam indicar a presença do câncer de mama (GONÇALVES et al.,2017; CLARO et al.,2021).

Praticar atividade física regularmente e ter uma alimentação saudável são medidas importantes para prevenir essas neoplasias. Pesquisas indicam que mulheres que adotam um estilo de vida saudável apresentam menor risco de desenvolver esses tipos de câncer. Adicionalmente, a vacinação contra o HPV é uma medida preventiva crucial para o câncer de colo de útero, uma vez que esse vírus é uma das principais causas dessa doença. (FERNANDES et al.,2019).

A mamografia é uma outra importante medida preventiva para o câncer de mama. Esse exame é capaz de detectar a presença do câncer em estágio inicial e deve ser realizado a partir dos 40 anos de idade ou conforme orientação médica. Ademais, a amamentação é tida como uma medida preventiva relevante, uma vez que pesquisas indicam que mulheres que amamentam possuem um menor risco de desenvolver câncer de mama (GONÇALVES et al., 2017).

Para evitar o câncer de colo de útero e de mama, é preciso tomar medidas preventivas contra os fatores de risco, tais como fumar e consumir bebidas alcoólicas em excesso, os quais



estão relacionados ao surgimento dessas enfermidades. Esses fatores estão relacionados ao desenvolvimento desses tipos de câncer e devem ser evitados. É fundamental que as mulheres se conscientizem sobre a importância da prevenção e adotem medidas de proteção para garantir a sua saúde e bem-estar (PEREIRA et al.,2020; SANTOS et al.,2019).

A conscientização da população e a educação em saúde são medidas essenciais para a prevenção do câncer de colo de útero e mama. Campanhas de conscientização podem contribuir para a disseminação de informações e para a redução da incidência desses tipos de câncer. É importante que a população saiba sobre os principais fatores de risco e sobre as medidas preventivas para o câncer de colo de útero e de mama (COSTA et al.,2019).

Resumidamente, a prevenção é a melhor estratégia para evitar o câncer de colo de útero e de mama e preservar a saúde das mulheres. A implementação de medidas preventivas simples e a conscientização da população sobre a sua importância são essenciais para a detecção precoce e para a redução da incidência desses tipos de câncer. É fundamental que as mulheres tenham acesso a exames preventivos, vacinas e informações sobre a prevenção sobre esses tipos de neoplasias (SANTOS et al.,2019).

Categoria 2 – Importância da educação em saúde na conscientização da população sobre os fatores de risco para o câncer de colo de útero e de mama e na adoção de medidas preventivas.

As medidas preventivas são essenciais para evitar o câncer de colo de útero e de mama, que são doenças graves. No entanto, muitas mulheres ainda desconhecem os fatores de risco e as formas de prevenção desses tipos de câncer. Nesse contexto, a educação em saúde surge como uma importante ferramenta para a conscientização da população sobre a importância da prevenção dessas doenças (COSTA et al.,2019).

É viável difundir conhecimentos sobre os fatores de risco mais relevantes para o câncer de colo de útero e de mama por meio da educação em saúde, tais como o sedentarismo, o tabagismo, o consumo excessivo de álcool, a alimentação inadequada e a falta de higiene pessoal adequada. Dessa forma, as mulheres podem adotar medidas preventivas para reduzir as chances de desenvolver esses tipos de câncer (LOURENÇO et al.,2021; FERRAZ et al., 2019).

É fundamental estar ciente dos fatores de risco relacionados ao câncer de colo de útero e de mama para detectar essas doenças em estágios iniciais. Ao conhecer os sinais e sintomas desses tipos de câncer, as mulheres podem procurar ajuda médica mais cedo, aumentando as chances de cura e reduzindo a mortalidade (DUARTE; BUSTAMENTE-TEIXEIRA, 2018).



Além disso, a educação em saúde pode influenciar positivamente na adoção de hábitos saudáveis, tais como a prática regular de exercícios físicos, a alimentação equilibrada e o controle de peso. Esses hábitos não só ajudam a prevenir o câncer de colo de útero e de mama, mas também favorecem um estilo de vida mais saudável e equilibrado (NUNES et al.,2020; COSTA et al.,2019).

Podendo ser realizada através de canais de comunicação diversos, como a televisão, o rádio, a internet e as redes sociais. Esses canais permitem que as informações cheguem a um público maior e de forma mais rápida, ampliando o alcance das campanhas de conscientização. Uma ampla divulgação de informações pode ser útil para combater ideias falsas e concepções equivocadas sobre esses tipos de neoplasias. Muitas mulheres não procuram atendimento médico por medo ou falta de informação (SOUZA et al.,2022; FERRAZ et al., 2019).

Através da educação em saúde, é possível diminuir o preconceito e a discriminação associados ao câncer de colo de útero e de mama. Muitas mulheres têm vergonha de falar sobre essas doenças e podem evitar fazer exames médicos ou procurar tratamento. Ademais, é possível desvendar equívocos e desmitificar o câncer de colo de útero e de mama, motivando as mulheres a procurarem cuidados médicos adequados (COSTA et al.,2019).

É importante ressaltar que a essa educação não deve ser uma ação isolada, mas sim integrada a políticas públicas mais amplas para a promoção da saúde da mulher. Essas políticas devem contemplar desde a prevenção do câncer de colo de útero e de mama até o acesso a tratamento adequado para essas doenças (LOURENÇO et al.,2020; FERRAZ et al.,2019).

A avaliação da efetividade das campanhas de conscientização e dos programas de educação em saúde é fundamental para garantir a sua continuidade e aprimoramento. É essencial acompanhar métricas de saúde, tais como a quantidade de casos e mortes por câncer de colo de útero e mama, e avaliar o efeito das medidas preventivas na diminuição desses números (COSTA et al.,2019).

CONCLUSÃO

A prevenção desempenha um papel crucial na diminuição da ocorrência de câncer de colo de útero e mama. A realização regular de exames preventivos, a vacinação, a adoção de hábitos de vida saudáveis e a educação em saúde são algumas das principais medidas preventivas para esses tipos de câncer. A conscientização da população sobre a importância da prevenção e detecção precoce é crucial para diminuir a incidência do câncer de colo de útero e de mama.



Além disso, é necessário que políticas públicas e estratégias de prevenção sejam implementadas e aprimoradas para melhor atender a população. Garantir o acesso da população a exames preventivos, vacinas e informações sobre prevenção e tratamento do câncer de colo de útero e de mama é essencial. Isso pode contribuir para uma redução significativa da incidência desses tipos de câncer.

Em conclusão, é crucial enfatizar a necessidade de envolver toda a sociedade na luta contra o câncer de colo de útero e mama. Cada um de nós pode contribuir para a conscientização e prevenção dessas doenças, seja incentivando a realização de exames preventivos em nossas famílias e amigos, seja adotando hábitos de vida mais saudáveis e disseminando informações sobre prevenção e detecção precoce do câncer.

REFERENCIAS

BATISTA, G. V. et al. Câncer de mama: fatores de risco e métodos de prevenção. **Research, Society and Development**, Paraíba, v. 9, n. 12, p. e15191211077, 2020. Disponível em: <<https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/11077>>. Acesso em: 6 maio 2023.

BRASIL. Organização Mundial da Saúde. Câncer de mama. Brasília, 2022.

CLARO, I. B. et al. Diretrizes, estratégias de prevenção e rastreamento do câncer do colo do útero: as experiências do Brasil e do Chile. **Ciência & Saúde Coletiva**, Niterói, v. 26, n. 10, p. 4497–4509, 2021. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/csc/a/ryPf33LvS6k5yJMqYMSSPPd/abstract/?lang=pt>>. Acesso em: 6 maio 2023

DUARTE, D. A. P.; BUSTAMANTE-TEIXEIRA, M. T. Iniquidade Social e Mortalidade por Câncer de Mama e Colo do Útero: Uma Revisão Integrativa. **Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental**, Viçosa, p. 877–888, 2018. Disponível em: <<http://ciberindex.com/index.php/ps/article/view/P103877>>. Acesso em: 6 maio 2023.

FERNANDES, N. F. S. al. Acesso ao exame citológico do colo do útero em região de saúde: mulheres invisíveis e corpos vulneráveis. **Cadernos de Saúde Pública**, Bahia, v. 35, n. 10, 2019. Disponível em: <<https://www.scielosp.org/article/csp/2019.v35n10/e00234618/pt/>>. Acesso em: 6 maio 2023.



FERRAZ, E. T. R. et al. Ações educativas: papel da (o) enfermeira (o) na prevenção do câncer do colo do útero. **Brazilian Journal of Development**, Bahia, v. 5, n. 10, p. 21083–21093, 2019. Disponível em: <<https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/3997>>. Acesso em: 6 maio 2023.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2010.

GONÇALVES, C. V. et al. O conhecimento de mulheres sobre os métodos para prevenção secundária do câncer de mama. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio Grande do Sul, v. 22, n. 12, p. 4073–4082, 2017. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/csc/a/6DvcDJRwBbC3W8WnZYxVwNr/abstract/?lang=pt>>. Acesso em: 6 maio 2023.

LAKATOS, E. M.; MARCONI, M. A. **Fundamentos de Metodologia Científica** - 8ª Ed. Atlas 2017.

LOURENÇO, C. S. et al. Entendendo o câncer de mama: educação em saúde. **Enfermagem em Foco**, São Paulo, v. 11, n. 6, 2021. Disponível em: <<http://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/3688>>. Acesso em: 6 maio 2023.

MESQUITA, A. D. et al. Conhecimentos, atitudes e práticas de mulheres frente ao exame preventivo do câncer do colo uterino. **Journal Health NPEPS**, Acre, v. 5, n. 1, p. 261–275, 2020. Disponível em: <<https://periodicos.unemat.br/index.php/jhnpeps/article/view/4184>>. Acesso em: 6 maio 2023.

MINAYO, M. C. S. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**. São Paulo: Hucitec/ABRASCO, 2007.

MINAYO, M. C. de S. (org.). **Pesquisa social: teoria, método e criatividade**. Petrópolis: Vozes, 2010.

MOREIRA, A. S.; ANDRADE, E. G. S. A importância do exame papanicolau na saúde da mulher. **Revista de Iniciação Científica e Extensão**, Goiás, v. 1, n. Esp 3, p. 267–271, 2018. Disponível em: <<https://revistasfacesa.senaaires.com.br/index.php/iniciacao-cientifica/article/view/94>>. Acesso em: 6 maio 2023.

NUNES, V. L. S. et al. A importância da educação em saúde como forma de prevenção ao câncer de mama: um relato de experiência em uma unidade básica de saúde de palmas/to.



Revista Extensão, Palmas, v. 4, n. 2, p. 108–114, 2020. Disponível em: <<https://revista.unitins.br/index.php/extensao/article/view/4219>>. Acesso em: 6 maio 2023.

OLIVEIRA, A. L. et al. Fatores de risco e prevenção do câncer de mama. **Cadernos da Medicina - UNIFESO**, Teresópolis, v. 2, n. 3, 2019. Disponível em: <<http://unifeso.edu.br/revista/index.php/cadernosdemedicinaunifeso/article/view/1683/778>>. Acesso em: 6 maio 2023.

PEREIRA, W. B. B. et al. Os impactos da alimentação na prevenção do câncer de mama: uma revisão da literatura. **Revista Perspectiva**, Erechim, v. 44, n. 165, p. 61–72, 2020. Disponível em: <<http://ojs.uricer.edu.br/ojs/index.php/perspectiva/article/view/61>>. Acesso em: 6 maio 2023.

PEUKER, A. C. et al. Construção de um material educativo para a prevenção do câncer de colo do útero. **Estudos Interdisciplinares em Psicologia**, Rio Grande do Sul, v. 8, n. 2, p. 146, 2017. Disponível em: <<https://ojs.uel.br/revistas/uel/index.php/eip/article/view/25114>>. Acesso em: 6 maio 2023.

REZENDE, M. A. et al. Conhecimento das mulheres acerca do exame preventivo do câncer de colo de útero. **Research, Society and Development**, Guarai, v. 10, n. 15, p. e598101523635, 2021. Disponível em: <<https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/23635>>. Acesso em: 6 maio 2023.

SANTOS, R. O. M. et al. Barreiras na implementação das diretrizes de detecção precoce dos cânceres de mama e colo do útero no Brasil. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 29, n. 4, 2019. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/physis/a/W4tVhtS5N875zYnNqSgv4mb/?format=html&lang=pt>>. Acesso em: 6 maio 2023.

SILVA, T. R. S. et al. A importância do exame Preventivo de Câncer de Colo de Útero e os fatores relacionados a não adesão. **Research, Society and Development**, Tocantins, v. 10, n. 4, p. e51710414079, 2021. Disponível em: <<https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/14079>>. Acesso em: 6 maio 2023.

SOUZA, R. A. G. et al. Educação em saúde sobre o câncer do colo de útero: relato de experiência. **Research, Society and Development**, Cariri, v. 11, n. 9, p. e14211931547, 2022. Disponível em: <<https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/31547>>. Acesso em: 6 maio 2023.



RECOMENDAÇÕES FRENTE AO CÂNCER DE COLO DE ÚTERO E DE MAMA: a educação em saúde como estratégia de prevenção para a saúde da mulher
de Paula et. al.