

CONSCIENTIZAÇÃO SOBRE A IMPORTÂNCIA DA PREVENÇÃO PRECOCE DO CÂNCER DE MAMA NO BRASIL

RAISING AWARENESS ABOUT THE IMPORTANCE OF EARLY PREVENTION OF BREAST CANCER IN BRAZIL

Paula Pessoa de Brito Nunes¹

1 Introdução

O câncer de mama é uma patologia que tem adquirido grande visibilidade devido à sua prevalência e consequências devastadoras quando não diagnosticado precocemente (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2018). Foram estimados 73.610 novos casos de CA de Mama para 2025, de acordo com o apontamento do INCA (instituto do câncer, 2023), dados alarmantes e preocupantes. Por ser uma doença progressiva, o diagnóstico precoce é fundamental para a cura e o controle. Garantir uma detecção ágil e acesso a informações sobre a prevenção e aos cuidados adequados de acordo com as características apresentadas pela doença, ainda é um desafio para a saúde da pública no Brasil.

Nesse sentido, vale frisar a relevância do autoexame das mamas como um método preventivo importante para autoconhecimento do corpo e detecção de nódulos de até 2 cm. Todavia, o autoexame não substitui a mamografia, que é o exame de rastreamento mais eficaz recomendado pela Sociedade Brasileira de Mastologia. A mamografia deve ser feita anualmente em mulheres acima de 40 anos.

Diante deste cenário, diversas iniciativas têm sido propostas com o intuito de conscientizar a população sobre a importância da prevenção e detecção precoce da doença. A fisioterapia, enquanto ciência da saúde dedicada à prevenção e reabilitação, tem se mostrado como uma área valiosa também no âmbito da educação em saúde.

Esta dimensão educativa, no contexto do câncer de mama, destaca-se como estratégia primordial para a detecção precoce e gestão adequada da doença. Nesse contexto, a cadeira extensionista "Saúde da Mulher" da Faculdade UniFanor Wyden do campus Bezerra de Menezes, do curso de Fisioterapia 2023.2, desenvolveu um projeto voltado para a sensibilização da população feminina acerca do câncer de mama. Tais informações úteis e importantes como esta e outras mais, foram abordadas como tema

¹ Doutora em Saúde Coletiva, Esp. em Dermatofuncional e Neurofuncional, Docente do Centro Universitário Fanor, do Centro Universitário ATENEU e do Centro Universitário Christus.

principal desta ação, com intuito de proporcionar um autoconhecimento feminino e incentivar as mulheres a fazerem o rastreio por meio do exame clínico (mamografia), a fim de detectar precocemente o CA de mama ainda no estágio inicial. Esta ação, que se insere no movimento internacional "Outubro Rosa", culminou em um evento na Beira mar de Fortaleza.

A ação em questão visou, promover a conscientização sobre o câncer de mama; esclarecer dúvidas da comunidade sobre a doença e os desafios na saúde pública; conhecer e divulgar práticas terapêuticas complementares, como o autoexame e relacionar a teoria estudada com a experiência vivida

2 Apresentação do local

A realização da ação informativa sobre a prevenção do câncer de mama ocorreu na Beira Mar de Fortaleza/CE, localizada no bairro Meireles, no dia 25 de outubro de 2023, em alusão ao outubro Rosa, mês de conscientização sobre o câncer de mama.

O local foi escolhido tendo em vista o amplo número de pessoas que costuma frequentá-lo, havendo a perspectiva de haver um alcance significativo de mulheres, por se tratar de um lugar que possui relevância turístico-cultural, sendo utilizado para atividades físicas e passeios, o que facilita a abordagem para fornecer as informações necessárias. Cabe apontar que a ação foi realizada em parceria ao Centro Universitário Fanor Wyden – UNIFANOR, localizado na cidade de Fortaleza, no Estado do Ceará.

O público-alvo da ação foram mulheres de todas as faixas etárias e origens sociais, residentes ou não, com diversos níveis de escolaridade, com vista a disponibilizar uma atenção especial às mulheres de classe baixa, uma vez que têm menos acesso à informação. Assim, a escolha desse público deve-se ao foco na conscientização das mulheres sobre a prevenção do câncer de mama, no sentido de tornar a informação mais acessível.

3 Referencial teórico

O câncer de mama ocupa a primeira posição em mortalidade por neoplasias entre as mulheres no Brasil. Foram estimados 73.610 novos casos de CA de Mama para 2025, de acordo com o apontamento do INCA (instituto do câncer, 2023), dados alarmantes e preocupantes. Por ser uma doença progressiva, o diagnóstico precoce é fundamental para a cura e o controle. Garantir uma detecção ágil e acesso a informações sobre a prevenção e aos cuidados adequados de acordo com as características apresentadas pela doença, ainda é um desafio para a saúde da pública no Brasil.

Nesse sentido, vale frisar a relevância do autoexame das mamas como um método preventivo importante para autoconhecimento do corpo e detecção de nódulos de até 2 cm. Todavia, o autoexame não substitui a mamografia, que é o exame de

rastreamento mais eficaz recomendado pela Sociedade Brasileira de Mastologia. A mamografia deve ser feita anualmente em mulheres acima de 40 anos.

O Ministério da saúde junto com a Sociedade Brasileira de Mastologia, orientam as mulheres a apalpar as mamas sempre que se sentir confortável, a qualquer tempo, sem nenhuma recomendação técnica específica ou periódica. Os dados oficiais mostram que é mais comum mulheres identificarem caroços no seio casualmente (no banho ou na troca de roupa), do que no autoexame mensal.

A mudança, de acordo com o Ministério, surgiu do fato de que, na prática, muitas mulheres descobriram a doença a partir de uma observação casual e não por meio de uma prática sistemática de se autoexaminar. Tais informações úteis e importantes como esta e outras mais. Foram abordadas como tema principal desta ação, com intuito de proporcionar um autoconhecimento feminino e incentivar as mulheres a fazerem o rastreio por meio do exame clínico (mamografia), a fim de detectar precocemente o CA de mama ainda no estágio inicial.

O autoexame contribui para que as mulheres que não têm acesso fácil aos serviços de Saúde sejam motivadas a procurá-los em casos alterados. Em vista disso, de acordo com dados produzidos pelo GBECAM (Grupo Brasileiro de estudos do câncer de Mama) em um artigo científico chamado de Amazona III, produzido em 2020, que relata o impacto socioeconômico e da cobertura de saúde e diagnóstico do câncer de mama, cerca de 33,5% das mulheres acompanhadas pelo SUS, receberam diagnóstico já no estágio 3, fase em que a doença é localmente avançada. Esse número cai para 14,7% entre pacientes da atenção particular, evidenciando a desigualdade no acesso a saúde, e a falha do Ministério da Saúde por meio dos Estados e Prefeitura, em promover a integralidade da assistência em saúde em todas as diferentes regiões e classes sociais do Brasil.

Outrossim, em divulgar medidas de prevenção, tais como educação em saúde. Desse modo, vale frisar normas que valem para o SUS, previstas na constituição brasileira. Como por exemplo a lei nº 13.896/2019, que determina que 30 dias deve ser o tempo até que o paciente receba o diagnóstico de câncer a partir da testagem.

4 Descrição da ação de extensão

O presente projeto objetivou conscientizar sobre a importância do diagnóstico precoce do câncer de mama, baseando-se em um conjunto de estratégias teóricas e práticas. Foi desenvolvido na beira mar de Fortaleza, no segundo semestre de 2023, no dia 25/10, o projeto buscou alcançar mulheres em idades propensas ao desenvolvimento do câncer de mama, contemplando tanto o público jovem quanto idoso.

A primeira etapa desse projeto envolveu uma pesquisa aprofundada sobre o câncer de mama, suas causas, fatores de risco, métodos de prevenção e a importância do diagnóstico precoce. Estas sessões culminaram em debates entre os discentes,

garantindo um profundo entendimento do tema e preparando a equipe para os desafios práticos.

Com base nesse conhecimento, os discentes produziram folders informativos, abordando estatísticas, sinais de alerta e medidas preventivas, como estratégia lúdica e de aproximação, foram adicionados pirulitos decorativos.

Durante a ação informativa, os estudantes se dedicaram a esclarecer dúvidas e divulgar informações essenciais sobre a realização de exames preventivos, sintomas a serem observados e a importância de um estilo de vida saudável na prevenção do câncer de mama. Além disso, eles abordaram a relevância da fisioterapia como parte integrante do cuidado multidisciplinar, destacando os benefícios do acompanhamento fisioterapêutico durante e após o tratamento do câncer de mama.

5 Diagnóstico

Os resultados da ação informativa realizada pelos estudantes de fisioterapia foram extremamente positivos, tanto em termos de participação, quanto de envolvimento da audiência. A equipe conseguiu alcançar aproximadamente 200 participantes, entre mulheres de diferentes faixas etárias, estudantes e membros da comunidade local. A diversidade do público permitiu uma abordagem abrangente sobre o câncer de mama, atingindo mulheres em diferentes tendências da vida e com diversas experiências de saúde.

Durante a ação, notou-se um alto envolvimento da audiência, evidenciado pelo número significativo de perguntas e interações. Algumas das perguntas mais frequentes envolvem questões sobre a realização de exames de rotina, sinais de alerta para procurar um profissional de saúde e os benefícios específicos da fisioterapia no contexto do câncer de mama. Essas perguntas indicaram um interesse genuíno da audiência em compreender melhor a doença e adotar medidas preventivas. A análise dos resultados à luz dos objetivos da ação e da fundamentação teórica revelou que os estudantes alcançaram com sucesso os principais propósitos estabelecidos.

Os objetivos incluíam fornecer informações claras sobre o câncer de mama, promover a realização de exames preventivos, destacar a importância do diagnóstico precoce e informar sobre o papel da fisioterapia no cuidado integrado, visando, como defendem Coelho et al. (2021), a conscientização da população. Os materiais informativos foram eficientes na transmissão dessas mensagens, tendo em vista que a audiência absorveu e compreendeu as informações apresentadas.

Os exemplos de perguntas feitas durante a ação demonstraram a pertinência das informações compartilhadas. Por exemplo, uma participante questionou sobre a melhor idade para iniciar os exames de mamografia, enquanto outro perguntou sobre a relação entre a prática regular de exercícios físicos e a prevenção do câncer de mama. Essas perguntas indicam uma conscientização crescente sobre a importância da detecção precoce e de hábitos saudáveis na prevenção do câncer de mama.

Conscientização sobre a importância da prevenção precoce do câncer de mama no Brasil

Os possíveis impactos das informações na conscientização e prevenção do câncer de mama entre as mulheres presentes são promissores. O aumento do conhecimento sobre a doença e a importância dos exames preventivos pode levar a uma mudança de comportamento, com mais mulheres procurando regularmente os cuidados de saúde necessários (COELHO et al., 2021).

Além disso, os autores comentam que a compreensão do papel da fisioterapia no suporte ao tratamento do câncer de mama pode influenciar nas decisões dos pacientes. Muitos participantes expressaram gratidão pela clareza das informações fornecidas, destacando que agora se sentem mais capacitados para adotar medidas preventivas e buscar cuidados de saúde adequados. Além disso, algumas mulheres compartilharam que estavam motivadas a incentivar amigas e familiares a realizar exames preventivos e adotar hábitos saudáveis. transformação, ampliando uma atuação profissional socialmente significativa.

Em perspectiva geral, a ação informativa realizada pelos estudantes de fisioterapia atingiu seus objetivos, trazendo conteúdo à comunidade de maneira eficaz e gerando um impacto positivo na conscientização e prevenção do câncer de mama. A continuidade dessas iniciativas é crucial para fortalecer os laços entre os profissionais de saúde e a comunidade, promovendo uma abordagem integrada na prevenção e no tratamento de doenças como o câncer de mama.

Imagem 1: Folheto utilizado na ação



6 Considerações finais

A partir do que foi exposto, foi compreendido que o contato direto com a comunidade durante a ação informativa sobre o câncer de mama proporcionou aos estudantes uma oportunidade única de interação e aprendizagem prática em um ambiente real.

Eles puderam perceber de perto as necessidades e preocupações da população em relação ao câncer de mama, o que contribuiu para o desenvolvimento de habilidades interpessoais.

Além disso, a participação ativa nesse tipo de iniciativa reforça a responsabilidade social dos futuros profissionais de fisioterapia, destacando a importância do papel deles na promoção da saúde e na prevenção de doenças. Essa consciência social é fundamental para a formação de profissionais comprometidos não apenas com a excelência técnica, mas também com o bem-estar da comunidade em que estão inseridos.

Dessa forma, a experiência de estudantes de fisioterapia ao realizar uma ação informativa sobre o câncer de mama integra o aprendizado teórico e prático, promovendo a conscientização da comunidade e fortalecendo o compromisso social desses futuros profissionais. Essa abordagem holística contribui não apenas para o desenvolvimento acadêmico, mas também para a formação de profissionais capacitados e engajados em fazer a diferença na saúde da população.

As recomendações para práticas futuras incluem a continuidade da realização de ações informativas regulares, adaptadas às necessidades específicas da comunidade. Além disso, a realização de parcerias com profissionais de saúde locais, como mastologistas e oncologistas, pode enriquecer ainda mais a abordagem, proporcionando uma visão mais abrangente e especializada sobre o câncer de mama.

O uso de recursos digitais, como redes sociais e aplicativos de saúde, também pode ser explorado para ampliar o alcance da informação.

Em resumo, a ação informativa dos estudantes de fisioterapia foi bem-sucedida em alcançar seus objetivos, atuando na comunidade e promovendo uma conscientização significativa sobre o câncer de mama. O impacto positivo dessas informações pode contribuir para uma mudança de comportamento em relação à prevenção e detecção precoce, melhorando a saúde e o bem-estar das mulheres na comunidade.

Imagem 2: Equipe que realizou o projeto



Fonte: Acervo pessoal (2023).

Referências Bibliográficas

BARROS, A. C. S. D.; VIEIRA, R. A. C. O papel da fisioterapia na reabilitação do câncer de mama. **Revista Brasileira de Cancerologia**, v. 64, n. 2, p. 237-246, 2018.

BARBOSA, A. C. S. D.; VIEIRA, R. A. C. Impacto do diagnóstico e tratamento do câncer de mama na qualidade de vida: uma revisão de literatura. **Revista Brasileira de Cancerologia**, v. 65, n. 1, p. 51-60, 2019.

COELHO, Ana Karina Rodrigues et al. Conscientização em alusão ao Outubro Rosa: vamos falar sobre câncer de mama?. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 14, p. e233101422137-e233101422137, 2021. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/22137>. Acesso em: 19 nov. 2023.

FARIA, Lina. As práticas do cuidar na oncologia: a experiência da fisioterapia em pacientes com câncer de mama. **História, Ciências, Saúde**, v. 17, p. 69- 87, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/hcsm/a/45chVmvcvLWkyQH5kHymDHn/#>. Acesso em: 19 nov. 2023.

FERREIRA, C. H. J.; SANTOS, J. L. F.; SILVA, D. F. da. Fisioterapia no câncer de mama: da prevenção ao tratamento. **Revista Brasileira de Cancerologia**, v. 58, n. 1, p. 107-114, 2012.

Paula Pessoa de Brito Nunes

INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER (INCA). **Outubro Rosa**. INCA, 2020. Disponível em: <https://www.inca.gov.br/assuntos/outubro-rosa>. Acesso em: [data de acesso].

LIMA, A. F.; CASTRO, R. C. M. B.; ARAÚJO, M. F. M. Estratégias educativas na prevenção do câncer de mama: revisão integrativa da literatura. **Revista Rene**, v. 18, n. 4, p. 557-564, 2017.

OLIVEIRA, P. G.; SOUZA, R. P. de; FERREIRA, L. M. A fisioterapia na equipe multiprofissional de atenção à mulher com câncer de mama. **Revista Brasileira de Cancerologia**, v. 49, n. 2, p. 129-136, 2003.

SANTOS, M. L. dos; ROSA, M. I. da; SILVA, F. R. da. Impacto da fisioterapia no linfedema após tratamento do câncer de mama: uma revisão sistemática. **Fisioterapia e Pesquisa**, São Paulo, v. 19, n. 2, p. 183-188, 2012.

SILVA, Regiane Marques et al. Educação em saúde para prevenção do câncer de mama no município de Piripiri-PI: atuação do pet-saúde. **Revista de Epidemiologia e Controle de Infecção**, v. 5, n. 4, p. 203-205, 2015. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/5704/570463812007.pdf>. Acesso em: 19 nov. 2023.

SOUZA, R. P. de; SILVA, M. J. P. da; GOMES, L. V. Conscientização e prevenção do câncer de mama: uma ação comunitária. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 73, n. 2, p. e20180299, 2020.

Como citar esse trabalho:

NUNES, Paula Pessoa de Brito Nunes. conscientização sobre a importância da prevenção precoce do câncer de mama no Brasil. **Duna**: Revista Multidisciplinar de Inovação e Práticas de Ensino, Fortaleza, v. 1, n. 1, p. X-XX, jan./mar. 2025.