

Milena Maria Araújo Feitoza Silva¹ & Adrielly Ferreira Dias²

Professor(a) Orientador(a): Thayse Gomes de Almeida³

Resumo:

No Brasil, segundo o Instituto Nacional de Câncer (INCA), estima-se, para cada ano do triênio 2020-2022, a ocorrência de 625 mil casos novos de câncer, entre esses números, destacam-se 66.280 casos de câncer de mama, ocupando o segundo lugar de cânceres mais recorrentes. Diante disso, é imprescindível a captação de mulheres para a percepção de sinais e sintomas, autocuidado e disseminação de conhecimentos sobre a patologia. Objetiva-se a vivência das graduandas durante as ações de Educação em Saúde, destacando seus benefícios para a comunidade assistida. É um estudo descritivo de abordagem qualitativa, do tipo relato de experiência acerca das práticas de educação em saúde realizadas na sala de espera de uma UBS, localizada em Arapiraca/AL, sobre o Câncer de mama, durante a campanha do Outubro Rosa. A vivência permitiu o compartilhamento de informações acerca do câncer de mama, ampliando o campo de cuidado e conhecimento. A realização da sala de espera foi satisfatória e permitiu um espaço de reflexão para o autocuidado e troca de experiências. As ações de educação em saúde desenvolvidas pelas discentes obtiveram resultado satisfatório, visto que foram ferramentas de partilha de informações, de vivências pessoais das usuárias, promoção do autocuidado e prevenção de agravos.

Palavras-chave: Câncer de mama, Educação em saúde, Autocuidado.

Introdução:

O atual relato de experiência é resultado das vivências de discentes, garantidas pela graduação em Enfermagem da Universidade Federal de Alagoas, proporcionadas pelo módulo Ação Curricular de Extensão (ACE) em Saúde da Mulher II, no âmbito da Atenção Primária, nas Unidades Básicas de Saúde de Arapiraca, Alagoas. O módulo permitiu que as discentes do curso realizassem ações de Educação em Saúde a fim de transmitir os conhecimentos aprendidos para a comunidade e firmar a participação da vida acadêmica no meio social.

Segundo o Instituto Nacional de Câncer (2010), no Brasil, estima-se, para cada ano do triênio 2020-2022, a ocorrência de 625 mil casos novos de câncer, entre esses números, destacam-se 66.280 casos de câncer de mama, ocupando o segundo lugar de cânceres mais incidentes, juntamente como câncer de próstata. Nas

¹Discente do curso Bacharelado em Enfermagem, Universidade Federal de Alagoas, millena.feitoza@arapiraca.ufal.br

²Discente do curso Bacharelado em Enfermagem, Universidade Federal de Alagoas, adrielly.dias@arapiraca.ufal.br

³Docente do curso Bacharelado em Enfermagem, Universidade Federal de Alagoas, thaysegalmeida@gmail.com

mulheres, esse tipo de câncer ocupa a primeira posição mais frequente em todas as Regiões brasileiras, à exceção dos tumores de pele não melanoma, com um risco estimado de 81,06 por 100 mil na Região Sudeste; de 71,16 por 100 mil na Região Sul; de 45,24 por 100 mil na Região Centro-Oeste; de 44,29 por 100 mil na Região Nordeste; e de 21,34 por 100 mil na Região Norte.

O câncer de mama é resultado da multiplicação desordenada das células anormais presentes no tecido mamário, esse acúmulo celular gera um tumor que pode invadir outros órgãos. Os cânceres podem desenvolver-se de forma repentina ou não e a sua causa está ligada à interação de fatores genéticos com estilo de vida, hábitos e meio ambiente. A maioria dos casos tem boa resposta ao tratamento, principalmente quando diagnosticado e tratado no início (BRASIL, 2022). Além disso, é considerada a quinta maior causa de morte por câncer na população geral e a primeira na população feminina.

Portanto, faz-se necessário a captação de mulheres para espaços que permitam uma escuta, informação, acolhimento, promoção da saúde e prevenção de agravos. Dentro desse cenário, encontram-se as salas de espera como uma alternativa de local, pois nesse ambiente o profissional consegue lidar com o usuário de forma mais dinâmica e dialogada (BECKER; ROCHA, 2017). A sala de espera é um espaço de conversa, conexão, cuidado, atenção entre o usuário e o profissional de saúde, possibilita um cuidado humanizado e aprimora a forma de assistência ao paciente (RODRIGUES et al., 2009). Trata-se de empoderar as pessoas ao realizarem o autocuidado, a questionarem suas condições físicas e mentais, os capacita para ficarem mais atentos a qualquer sinal incomum em seu corpo ou até mesmo de alguém próximo. Portanto, essa estratégia é capaz de promover a saúde e prevenir danos.

Assim, as ações de Educação em Saúde desenvolvidas pelas acadêmicas voltaram-se, de modo geral, para a Promoção à Saúde, sobretudo no quesito do combate ao câncer de mama, evidenciando seu conceito, fatores de risco, sinais e sintomas mais frequentes e comumente percebidos pela mulher e a solicitação de exames para prevenção e diagnóstico. Atrelado a isso, o foi reservado um espaço para dinâmica, que reforça as informações transmitidas e permite que o ensino seja circular abrangendo não somente o papel do educador, mas também do educando.

Nessa perspectiva, o relato justifica-se na consolidação da eficácia do processo de ensino-aprendizagem voltado às práticas em serviço, visualizando a união da teoria à prática no ensino de acadêmicas de Enfermagem, por meio de ações de Educação em Saúde, considerando o contexto do mês do Outubro Rosa, focado na prevenção e no combate ao Câncer de Mama em mulheres usuárias dos serviços da Atenção Primária à Saúde (APS). Diante disso, o objetivo do presente estudo é relatar a vivência das graduandas durante as ações de Educação em Saúde, destacando seus benefícios para a comunidade assistida.

Metodologia:

Trata-se de um estudo descritivo de abordagem qualitativa, do tipo relato de experiência, realizado a partir da vivência com ações de Educação em Saúde, as quais fizeram parte das práticas proporcionadas pelo módulo de Ação Curricular de Extensão (ACE) em Saúde da Mulher II, que visa a elaboração de estratégias de educação em saúde no âmbito da atenção primária e hospitalar. As ações foram desenvolvidas em uma UBS do Agreste Alagoano em outubro de 2022.

As atividades realizadas pela unidade são: atenção primária, promoção da saúde e prevenção de agravos, imunização, atenção ao pré-natal, saúde da criança, saúde da mulher, cuidados prestados a pacientes que possuem doenças crônicas, atenção domiciliar, dispensação de medicamentos, entre outros.

Durante a educação em saúde foram realizados três momentos, o primeiro explicativo, nele foram abordados conceitos sobre o que é o câncer de mama,

fatores de risco (ambientais, hormonais e genéticos), sinais e sintomas, investigação/diagnóstico. No segundo momento, foi realizada a demonstração de como é feito o autoexame das mamas, ressaltando que esse método não tem o objetivo de diagnosticar, porém, é uma estratégia válida para o autoconhecimento feminino em relação ao seu corpo. O terceiro momento foi composto por uma dinâmica com perguntas de verdadeiro e falso, com o uso de plaquinhas verdes (verdadeiro) e vermelhas (falso), com o intuito de deixar o momento mais lúdico, esse espaço serviu para garantir que as mulheres conseguiram compreender o que foi passado pelas estudantes. Dessa forma, as acadêmicas faziam afirmações acerca do assunto debatido e as ouvintes julgavam se o item era verdadeiro ou falso, ao levantar a plaquinha com a cor correspondente.

Resultados e Discussão:

Uma educação em saúde bem sucedida é capaz de estimular os indivíduos, famílias e comunidade a buscarem conhecimentos que permitam a reflexão e conscientização, proporcionem autonomia e autocuidado, de maneira a contemplar as necessidades dos sujeitos e de suas famílias. É um processo de trocas de saberes e experiências entre usuários da Unidade Básica de Saúde (UBS), por exemplo, profissionais e gestores da saúde. Não deve ser pautada apenas na transmissão de informações, mas garantir a interação entre educador e educando. Educar para a saúde implica dar prioridade a intervenções preventivas e promocionais, em espaços coletivos, como por exemplo, os grupos educativos (ARAÚJO et. al, 2011).

A educação em saúde é uma ferramenta eficaz para promoção e prevenção em todos os níveis de atenção, mas é principalmente na Estratégia de Saúde da Família (ESF) visualizando o fortalecimento e o embasamento de ações para melhoria da qualidade de vida da população assistida. Nesse aspecto, dedicar um espaço da educação em saúde para trabalhar questões relevantes para a saúde, permite o desenvolvimento de conhecimentos, atitudes e comportamentos favoráveis ao autocuidado. (ANDRADE et al., 2013). Nos serviços de saúde a sala de espera se constitui como um espaço geralmente ocupado por uma grande quantidade e

diversidade de usuários de diferentes faixas etárias, e classe social e cultural, com as mais diversas demandas e vivências, que na espera por atendimento, interagem uns com os outros através das trocas de suas experiências. Seguindo esse raciocínio, podemos classificar com um espaço muito favorável para esse tipo de práticas de educação em saúde (PAIXÃO; CASTRO, 2006 apud DIAS & BRITO, 2010).

A educação em saúde é uma ferramenta eficaz para promoção e prevenção em todos os níveis de atenção, mas é principalmente na Estratégia de Saúde da Família (ESF) visualizando o fortalecimento e o embasamento de ações para melhoria da qualidade de vida da população assistida. Nesse aspecto, dedicar um espaço da educação em saúde para trabalhar questões relevantes para a saúde, permite o desenvolvimento de conhecimentos, atitudes e comportamentos favoráveis ao autocuidado. (ANDRADE et al., 2013). Nos serviços de saúde a sala de espera se constitui como um espaço geralmente ocupado por uma grande quantidade e diversidade de usuários de diferentes faixas etárias, e classe social e cultural, com as mais diversas demandas e vivências, que na espera por atendimento, interagem uns com os outros através das trocas de suas experiências. Seguindo esse raciocínio, podemos classificar com um espaço muito favorável para esse tipo de práticas de educação em saúde (PAIXÃO; CASTRO, 2006 apud DIAS & BRITO, 2010).

Como é sabido, o mês de Outubro é caracterizado pela campanha de prevenção ao câncer de mama e o combate ao câncer do colo de útero, sendo conhecido mundialmente como Outubro Rosa. Discutir acerca do tema com as mulheres, de forma clara e objetiva, pode ajudar a esclarecer mitos e verdades e, com isso, aumentar o conhecimento e diminuir o temor associado às doenças. Um em cada três casos de câncer pode ser curado se for descoberto logo no início, no que concerne ao Ministério da Saúde (2022). Mas muitas pessoas, por medo ou desinformação, evitam o assunto e acabam atrasando o diagnóstico. Por isso, é preciso desfazer crenças sobre esses tipos de câncer, para que as doenças deixem de ser vistas como uma sentença de morte ou um mal inevitável e incurável.

O câncer de mama é o tipo mais incidente na população feminina mundial e brasileira. Diante disso, justifica-se as atividades de Educação em Saúde nesse mês de outubro voltadas à saúde feminina. Dentre os temas abordados, conhecimentos acerca do CA de mama foram tratados com relevância. A partir do primeiro momento as mulheres presentes na UBS acomodaram-se em seus assentos e obtiveram uma escuta atenta aos temas abordados, essa primeira conversa pautou-se em promover a exposição sobre o tema câncer de mama e discutir temáticas que são essenciais para o público feminino, como o que é o câncer, os sinais e sintomas e diagnóstico. No segundo momento, elas compartilharam se conheciam e se já tinham realizado o autoexame, a grande maioria tinha conhecimento sobre o tema, mas não realizavam com a frequência esperada. No terceiro momento, a dinâmica trouxe momentos de raciocínio e dúvidas a serem sanadas, foi possível perceber que a grande maioria conseguiu absorver os conteúdos passados durante a exposição do conteúdo. Após o fim dos momentos foram entregues panfletos com orientações já dadas no momento explicativo, com o objetivo delas fixarem e terem um material de consulta.

A sala de espera mostrou-se produtiva e promover uma construção de saberes, as mulheres ouviram com atenção a explanação do conteúdo, fizeram perguntas e sanaram dúvidas. O momento da dinâmica confirmou o aprendizado obtido na conversa inicial, além de promover o ambiente descontraído e funcional. E nesse sentido, a educação em saúde implementou um novo olhar para o autocuidado feminino.

Conclusões:

O câncer de mama é uma patologia de evidente relevância no Brasil. Diante disso, faz-se necessário o conhecimento da população feminina acerca da temática, pois compreende-se que esse discernimento garante a busca pelo autocuidado que pode ser capaz de diagnosticar precocemente esse tipo de câncer aumentando as chances de cura. Dessarte, as educações em saúde mostram-se como importante

estratégia de promoção do autocuidado, pelo fortalecimento do vínculo do profissional com o usuário, como uma ferramenta para o compartilhamento de informações científicas e vivências particulares de cada usuária, pois tange a presença ativa da mulher nos serviços de saúde.

Estas educações em saúde, essenciais na integração entre a universidade e a sociedade, que favorece de forma significativa os graduandos e a comunidade, foram planejadas e executadas tendo como objetivo levar discussões acerca da detecção de sinais e sintomas, realização do autoexame, diagnóstico e prevenção do CA de mama. Assim, as práticas foram relevantes para o desenvolvimento da comunidade e dos estudantes.

Referências

ANDRADE, A. C. V. de et al. Planejamento das ações educativas pela equipe multiprofissional de Estratégia Saúde da Família. **O Mundo da Saúde**. São Paulo, V. 3, n.1: p. 439-449, jan., 2013.

ARAÚJO, Maria Luiza Alves et al. Educação em saúde: estratégia de cuidado integral e multiprofissional para gestantes. **Revista da ABENO** [online]. 2011, vol.11, n.2, pp. 8-13. ISSN 1679-5954.

BECKER, A. P. S.; ROCHA, N. L. da. Ações de promoção à saúde em sala de espera: contribuições da psicologia. **Revista Interinstitucional de Psicologia**, Belo Horizonte, v. 12, n. 1, p. 37-50, jun. 2019.

BRASIL, MINISTÉRIO DA SAÚDE. Instituto Nacional de Câncer (Brasil). **Câncer de mama : vamos falar sobre isso?**. 7. ed. Rio de Janeiro: INCA, 2022.

DIAS, G. S. A. & BRITO, G. M. S. **Sala de espera como espaço para promoção da educação em saúde na atenção básica**. 2010.

INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA. **Estimativa 2020: incidência do Câncer no Brasil**. Rio de Janeiro: INCA, 2019a.

RODRIGUES, A. D. et al. Sala de espera: um ambiente para efetivar a educação em saúde. **Revista Vivências**, v. 5, n. 7, p. 101-106, 2009.