

A ENFERMAGEM E A EDUCAÇÃO EM SAÚDE COMO FERRAMENTAS NA PRÁTICA DO AUTOEXAME DAS MAMAS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Clara Suellen Lacerda Arruda (1); Mariana Veras de Siqueira (2); Kátia Cristina Figueiredo (3);
Cecília do Nascimento Freitas (4); Ann Gracielle Moreira Gomes (5)

(1) Discente da Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), lacerdaclara89@gmail.com; (2) Discente de Enfermagem pela Universidade Federal de Campina Grande (UFCG). E-mail: marianaveeras@hotmail.com; (3) Discente de Enfermagem pela Universidade Federal de Campina Grande (UFCG). E-mail katiacristina_atre@hotmail.com; (4) Discente de Enfermagem pela Universidade Federal de Campina Grande (UFCG). E-mail: cecifreitas_18bt@hotmail.com; Docente da Universidade Federal de Campina Grande (UFCG). E-mail: anngraciellesamu@gmail.com

RESUMO: O câncer de mama é um problema de saúde pública mundial, é a segunda causa de morte na população feminina, mas quando identificado em estágios iniciais tem prognóstico favorável. Buscou-se conscientizar esse público para as questões de promoção da saúde e prevenção de doenças. Trata-se de um estudo de natureza qualitativa na modalidade de relato de experiência, a partir da vivência dos alunos de Enfermagem em uma roda de conversas com usuários de uma Unidade Básica de Saúde. Os alunos foram deixados livres para definir a temática e desenvolver a dinâmica da atividade, que se norteou através das perguntas e respostas expressadas durante a conversa com as usuárias. Ficou clara neste momento a importância da educação continuada em saúde na comunidade devida para a disseminação de informações baseadas em evidência na comunidade a partir de um pequeno grupo.

Palavras-chave: Neoplasias da Mama, Autoexame, Educação em Saúde, Participação Comunitária.

INTRODUÇÃO

O câncer de mama é um problema que está despertando maior atenção na saúde pública mundial, pois é a segunda causa de morte na população feminina. (RODRIGUES, CRUZ e PAIXÃO, 2015). No Brasil, representa a primeira causa de morte por câncer deste grupo, com taxa de incidência de 49 casos por 100 mil mulheres e taxa de

mortalidade de 11,28 óbitos por 100 mil mulheres. (BRASIL, 2013).

Dentre os principais fatores de risco para o desenvolvimento do câncer de mama estão: idade, vida reprodutiva, história familiar, consumo de álcool, excesso de peso, sedentarismo, exposição à radiação ionizante e alta densidade do tecido mamário. (ARRUDA et al, 2015).

O controle dos fatores de risco conhecidos, de acordo com o INCA - Instituto Nacional de Câncer (2016), é a principal forma de prevenção do câncer de mama, se associado à promoção de práticas e comportamentos considerados protetores, como: ter alimentação, atividade física e gordura corporal adequadas; evitar ou reduzir o consumo de bebidas alcólicas e amamentar. Desta forma é possível reduzir em até 28% o risco de se desenvolver neoplasia mamária.

Quando identificado em estágios iniciais (lesões menores que dois centímetros de diâmetro) o câncer de mama apresenta prognóstico favorável. Assim realização de um rastreamento eficaz, composto pela realização do autoexame, exame clínico das mamas e mamografia, é determinante para a cura. (BRASIL, 2013).

Cerca de 90% dos casos de câncer de mama são detectados pelas próprias mulheres. Assim, pode-se dizer que o autoexame das mamas (AEM) é uma importante estratégia de detecção precoce de alterações mamárias, tornando-se uma maneira eficaz na interrupção da evolução de uma possível doença maligna. (ZAPPONI, TOCANTINS e VARGENS, 2015).

O conhecimento mais aprofundado pela mulher das próprias mamas facilita a observação de anormalidades, possibilitando

um bom prognóstico, podendo evitar a mutilação da mama. Apesar de maior parte de a população feminina declarar conhecer o AEM, estudos mostram que a maioria não realiza o AEM com periodicidade (ALMEIDA et al, 2015), muitas vezes por receio de encontrar alguma lesão, esquecimento ou por não ter casos na família. (SILVA et al, 2016).

Diante disso buscou-se com a educação uma forma de conscientizar esse público para as questões de promoção da saúde e prevenção de doenças. Sendo de acordo com Silva (2016), a educação em saúde é uma proposta político-pedagógica que busca promover melhoria da atenção a saúde, prevenindo doenças, e estimulando a participação da população por meio de rodas de conversas, encontros, debates e palestras educativas. É de extrema importância a realização de ações que promovam o amplo acesso da população a informações claras, consistentes e culturalmente apropriadas em todos os níveis de saúde, especialmente na Atenção Básica (BRASIL, 2013), mas vale ressaltar que a detecção precoce do câncer de mama, através da educação do autoexame precisa ser uma meta de todos os profissionais de saúde que trabalham em contato com o público feminino. (SILVA et al, 2016).

Deste modo viu-se a necessidade de realizar uma atividade educativa no formato

de roda de conversa, para construir conhecimentos a cerca da importância e da forma correta de realização do AEM, em uma UBSF (Unidade Básica de Saúde da Família), objetivando incentivar a prática correta e rotineira deste, assim como recomenda o Ministério da Saúde.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de natureza qualitativa na modalidade de relato de experiência, a partir da vivência dos alunos de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), em uma roda de conversas com usuários de uma Unidade Básica de Saúde (UBSF), como requisito para avaliação do componente curricular de Ensino e Pesquisa em Saúde II (EPSII).

A UFCG foi criada em 2002, a partir do desmembramento da Universidade Federal da Paraíba. É uma instituição autárquica pública federal de ensino, pesquisa, extensão, vinculada ao Ministério da Educação, com sede e foro na cidade de Campina Grande e âmbito de atuação no Estado da Paraíba.

O curso de enfermagem da UFCG foi criado após a instituição do Programa de Apoio a Planos de Reestruturação e Expansão das Universidades Federais (REUNI) em 2007, com o objetivo de expandir a educação

superior pública, juntamente com a necessidade de formar profissionais na área de Enfermagem com uma melhor qualificação na região. Então, foi elaborada a proposta de implantação do Curso de Enfermagem, que foi aprovada no ano de 2008.

A disciplina EPSII tem 60h de carga horária, está disposta no oitavo período do curso e tem como pré-requisito a disciplina Ensino e Pesquisa I, do primeiro período. Tem como ementa os fundamentos da didática; a ação educativa em saúde e o papel da enfermeira; perspectivas pedagógicas: humanismo, tecnicismo, ensino centrado no aluno e socioconstrutivismo; materiais e métodos de ensino e sua aplicação na Enfermagem.

Assim, foi proposto aos alunos que se dividissem em grupos e desenvolvessem atividades de educação em saúde de acordo com a demanda da unidade que os grupos escolheram.

A UBSF visitada foi a Nossa Senhora Aparecida, no bairro do Catolé em Campina Grande, Paraíba. O primeiro encontro aconteceu em maio de 2016 e consistiu no reconhecimento da unidade bem como uma conversa com a enfermeira responsável para identificar as maiores necessidades os usuários.

Definidos os temas mais urgentes a serem abordados, ficou determinado que a atividade tratasse da temática: Autoexame das mamas. Ainda no mesmo mês a roda de conversa foi realizada na sala de reuniões da UBSF, supervisionada por uma das docentes responsáveis por ministrar a disciplina e acompanhada pelas alunas de Estágio Supervisionado da UFCG.

Para alcançar os objetivos da atividade, utilizamos a abordagem em roda de conversa aprendida em sala de aula. É uma metodologia nova e vem sendo desenvolvida em diferentes contextos, a partir dos estudos de Paulo Freire a cerca da Educação Popular. As rodas de conversas permitem encontros dialógicos, criando possibilidades de produção e ressignificação sobre as experiências dos participantes. Baseada na horizontalização das relações de poder, os sujeitos que as compõem são protagonistas históricos, sociais, críticos e reflexivos diante da realidade. (SAMPAIO et al, 2014).

No relato foram atribuídos às usuárias números como forma de preservar suas identidades.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

O Encontro

Os professores permitiram que os alunos ficassem livres para definir a temática

e desenvolver a dinâmica da atividade. Proporcionando aos alunos autonomia desde o planejamento até a concretização da roda de conversa.

Então, de acordo com o cronograma da unidade, podemos selecionar nosso público alvo e determinar o dia e a hora em que a atividade seria executada, procurando acolher o maior número de mulheres possível. Porém, apesar de utilizar estes critérios, esperando que no dia do planejamento reprodutivo, houvesse um número maior de usuárias, compareceram na atividade três usuárias, com idades entre 20 e 50 anos, que se mostraram bastante interessadas em participar, então nos dirigimos à sala de reuniões da unidade.

Inicialmente foram realizadas algumas perguntas às usuárias, tanto para poder se mensurar seu nível de conhecimento sobre o assunto, como para começar uma interação e suas respostas foram nos dando conduzindo na troca de saberes:

—Vocês sabem o que é o câncer de mama?

Usuária 1: *“Sim, é quando aparece um caroço no peito e tem que fazer cirurgia. Às vezes tem que tirar o peito.”*

Diante da resposta percebeu-se que além de saber como a doença pode se

apresentar, a usuária também estava ciente de suas consequências. E foi questionado:

—Mas sabia que se a gente descobrir logo no comecinho, a gente tem maior chance de cura, podendo às vezes nem precisar de uma cirurgia tão radical?

As mulheres se mostraram um pouco surpresas, mas também aliviadas.

—Vocês sabem como a gente pode fazer para encontrar alterações?

Usuária1: “*Mamografia!*” (fazendo o gesto de como era feita a mamografia).

Usuária 2: “*Autoexame*” (fazendo gestos de palpação das mamas).

E se chegou ao ponto chave da discussão.

— Alguém pode me mostrar como fazer?

A mesma usuária que nos respondeu “autoexame” na última pergunta levantou um dos braços e fez novamente os gestos de palpação, evidenciando que esse conhecimento já havia sido repassado anteriormente.

—Vocês fazem o autoexame com frequência?

Usuária 1: “*Às vezes.*”;

Usuária 2: “*Sempre me toco.*”;

Usuária 3: “*Quando lembro eu aperto assim, pra ver se tem alguma coisa*”. (demonstrando uma forma imprópria para detecção de alterações).

Deste modo, continuou-se dando algumas informações de como acontecia o câncer, qual a incidência, o índice de mortalidade e impacto na saúde e na vida das mulheres. Então foi questionado se elas conheciam seus fatores de risco e como poderíamos evitar. Todas as usuárias sabiam de pelo menos um fator de risco e uma forma de evitar, e nós alunos apenas complementamos as respostas, permitindo corroborar com a construção desse saber.

— Conhecem alguém que já teve? Quem? E o que aconteceu com ela?

Todas afirmaram ter conhecido alguém (vizinha, amiga, conhecida) que já teve câncer nas mamas, nenhuma tinha casos na família. E dentre esses casos uma havia culminado em óbito, um em cura e outro ainda em tratamento, mas todos tinham acarretado a mastectomia, cirurgia de retirada das mamas. Pudemos ressaltar a importância da detecção precoce para alcançar a cura

Foi utilizado como material didático um cartaz interativo (figura 1), para que as usuárias pudessem perceber as alterações mamárias possíveis (abaulamentos, retrações, hiperemia, mudança de textura e liberação de

secreção anormal pelo mamilo), bem como a forma correta de realização do exame, fazendo a perceber que além de apalpar toda a extensão do seio a procura de alterações, deve-se observar sempre os seios procurando por modificações no contorno, na coloração, na cor e textura da pele.



Figura 1 – Cartaz utilizado para demonstração.

As mulheres participaram ativamente da demonstração tocando no cartaz, reproduzindo nele os movimentos do autoexame e sentindo as alterações apresentadas no cartaz.

Para testar o conhecimento das mulheres presentes foram feitos alguns questionamentos acerca da temática abordada, de forma que os acertos eram recompensados

com brindes. Durante a dinâmica foram constatados alguns fatos relevantes, dentre eles os que mais chamaram atenção: não se acredita que câncer de mama possa ocorrer em homens, não se crê que o autoexame das mamas precisa ser feito com frequência e que não se tem conhecimento que durante o AEM deve-se palpar também a região da axila. No entanto, pudemos desmistificar essas crenças repassando as informações corretas, baseadas em evidências.

Ao fim da atividade foi esclarecido às usuárias como e com que frequência realizar o AEM e em seguida, perguntado o que tinham achado. As mulheres demonstraram satisfação em terem adquirido mais informações e relataram que iriam seguir as recomendações para assim prevenir futuros danos à saúde, podemos constatar isso a partir da fala de uma delas:

“Agora sei fazer bem direitinho. Vou ensinar minha filha e minhas vizinhas a fazer também.”

Assim foi possível perceber inclusive que todo o conhecimento construído naquele momento iria ser perpetuado na comunidade a partir daquelas três participantes.

CONCLUSÃO

A partir das falas das participantes podemos perceber a relevância da educação

continuada para a promoção da saúde, uma vez que elas já tinham algum conhecimento prévio sobre o assunto abordado demonstraram ter apreendido ainda mais informações. Pôde-se também notar diante do relato verbal das mesmas a livre iniciativa de perpassar as informações para outras pessoas, propagando aquele saber para um número maior de pessoas.

Diante de tais fatos, evidencia-se que a educação em saúde sempre apresentará resultados positivos para a promoção da saúde, mesmo se abranger um número relativamente pequeno de participantes, considerando que aquele conhecimento vai ser repassado, proporcionando para os educadores a certeza do sucesso de suas práticas e o impulsionando a buscar novas fragilidades de conhecimento na comunidade onde atua, pois como disse Paulo Freire:

“Sabemos que a educação não pode tudo, mas pode alguma coisa. Sua força reside exatamente na sua fraqueza. Cabe a nós pôr sua força a serviço de nossos sonhos.” (1991, p. 126).

REFERÊNCIAS

- ARRUDA, Raquel Leda de ; TELES, Edvane Dias ; MACHADO, Natália Silva ; OLIVEIRA, Francisca Jacinta Feitoza de ; FONTOURA, Iolanda Graepp ; FERREIRA, Adriana Gomes Nogueira. Prevenção do câncer de mama em mulheres atendidas em Unidade Básica de Saúde. **Rev Rene**, Fortaleza, v. 16, n. 2, p. 143-9, mar./abr. 2015.
- ALMEIDA, Michele Santana Pacheco et al. Autoexame das mamas como fator de prevenção ao câncer: uma abordagem com estudantes de uma escola pública da cidade de São Francisco do Conde-Bahia. **RevInter Revista de Toxicologia, Risco Ambiental e Sociedade**, v. 8, n. 1, 2015.
- Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Controle dos cânceres do colo do útero e da mama / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica.** – 2. ed. – Brasília : Editora do Ministério da Saúde, 2013.
- BUSHATSKY, Magaly et al. Breast cancer: prevention actions in the family health strategy. **Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online**, [S.l.], v. 6, n. 2, p. 663-675, mar. 2014.
- FREIRE, Paulo. **A Educação na Cidade**. São Paulo: Cortez; 1991.
- RODRIGUES, Juliana Dantas; CRUZ, Mércia Santos; PAIXAO, Adriano Nascimento. Uma análise da prevenção do câncer de mama no Brasil. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro , v. 20, n. 10, p. 3163-3176, Oct. 2015.
- SAMPAIO, Juliana et al . Limites e potencialidades das rodas de conversa no

cuidado em saúde: uma experiência com jovens no sertão pernambucano. **Interface (Botucatu)**, Botucatu, v. 18, supl. 2, p. 1299-1311, 2014.

SILVA, Auália Aueida Rodrigues et al. CONHECIMENTO DAS MULHERES DO MUNICÍPIO DE AMORINÓPOLIS-GO, SOBRE O AUTOEXAME DAS MAMAS (AEM) 1. **Revista Eletrônica Faculdade Montes Belos**, v. 8, n. 4, 2016.

SILVA, Joselma Oliveira 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**, Santa Cruz do Sul, v. 5, n. 4, jan. 2016.

ZAPPONI, Ana Luiza Barreto; TOCANTINS, Florence Romijn; VARGENS, Octavio Muniz da Costa Vargens. O enfermeiro na detecção precoce do câncer de mama no âmbito da atenção primária. **Rev enferm UERJ**, v. 23, n. 1, p.33-38 Rio de Janeiro, 2015.