

## BREVE ANÁLISE DO AUTOCUIDADO EM RELAÇÃO A SAÚDE DA MULHER NO MUNICÍPIO DE PINHALZINHO-SC

Bruna Luiza Spada;

Paula Breda.

### Resumo

Nas primeiras décadas do século XX, o corpo da mulher era visto apenas pela sua capacidade de reprodução e quando se falava em saúde da mulher era sobre esse aspecto que se debatia e trabalhava. Atualmente a saúde da mulher envolve muito mais do que isto, por isso o objetivo do presente artigo foi analisar aspectos de prevenção em saúde da mulher, no Bairro Pioneiro, da cidade de Pinhalzinho- SC. A pesquisa foi realizada através de entrevista semiestruturada, aplicada a 12 mulheres residentes no bairro. Foram investigados aspectos referentes ao exame preventivo (Papanicolau), autoexame da mama e mamografia. Os resultados foram positivos para a realização do exame preventivo e para a mamografia. Onze das doze mulheres afirmaram realizar o exame preventivo todo ano, e todas as mulheres investigadas que possuem idade acima de 50 anos alegaram realizar a mamografia anualmente. Já para o autoexame da mama, os resultados não foram satisfatórios - metade das mulheres questionadas não realizam este exame. Ações de prevenção devem ser contínuas neste território, principalmente as que abordam a realização do autoexame da mama, cabendo ao psicólogo auxiliar e orientar a equipe de saúde do município para o desenvolvimento de campanhas de prevenção.

Palavras-chaves: mulher. saúde. prevenção.

### 1 INTRODUÇÃO

Segundo a Política Nacional de Ação Integral à Saúde da Mulher (2004, p.12) as mulheres são a maioria da população brasileira, e as principais usuárias do Sistema Único de Saúde - SUS. Elas vivem mais que os homens, porém adoecem mais frequentemente. A mesma ainda enfatiza que:

O relatório sobre a situação da População Mundial (2002) demonstra que o número de mulheres que vivem em situação de pobreza é superior ao de homens, que as mulheres trabalham durante mais horas do que os homens e que, pelo menos, metade do seu tempo é gasto em atividades não remuneradas, o que diminui o seu acesso aos bens sociais, inclusive aos serviços de saúde.

A saúde da mulher foi incorporada as políticas nacionais de saúde nas primeiras décadas do século XX, sendo limitadas nesse período as demandas relativas à gravidez e ao parto. É por isso que na literatura encontramos vários conceitos com concepções mais restritas, onde o seu corpo era visto apenas na sua função reprodutiva, tendo a maternidade como seu principal atributo.

Foi em 1984 que o Ministério da Saúde elaborou o PAISM - Programa de Assistência Integral à Saúde da Mulher, marcando a ruptura conceitual com esse princípio restritivo. Sendo assim, atualmente, segundo o Ministério da Saúde (2004), a Saúde da Mulher inclui ações educativas, preventivas, de diagnóstico, tratamento e recuperação, assistência em clínica ginecológica, no pré-natal, parto e puerpério, no climatério, em planejamento familiar, DST, câncer de colo de útero e de mama, além de outras necessidades identificadas a partir do perfil populacional das mulheres.

Neste sentido, esta pesquisa tem o intuito de identificar em que proporção as mulheres possuem controle e autocuidado, em relação aos exames preventivos femininos, residentes de determinada região da cidade de Pinhalzinho - SC.

## 2 DESENVOLVIMENTO

No presente artigo foram selecionadas 12 mulheres para responderem a entrevista, que tinham idade entre 25 e 60 anos e que fossem moradoras da micro área 40, do Bairro Pioneiro, no município de Pinhalzinho, localizado no Extremo Oeste de Santa Catarina. As entrevistas foram previamente estruturadas, com seis questões abordando a frequência e o cuidado com aspectos preventivos, mais especificamente o exame de colo de útero (Papanicolau), autoexame das mamas e a mamografia.

O Papanicolau, popularmente conhecido como exame preventivo, é a principal estratégia para detectar alterações, lesões precursoras, fazer o diagnóstico do câncer do colo do útero, da infecção por HPV ou alguma outra infecção que precisa ser tratada. De acordo com INCA (2016),

Ele pode ser feito em postos ou unidades de saúde da rede pública que tenham profissionais capacitados. É fundamental que os serviços de saúde orientem sobre o que é e qual a importância do exame preventivo, pois sua realização periódica permite reduzir a mortalidade pela doença.

Segundo a Política Nacional de Atenção a Saúde da Mulher (2004), o câncer de colo é uma doença facilmente diagnosticada, com tecnologia simplificada e tratamento acessível. Os dados pesquisados revelam ainda que, no Brasil, o maior número de mulheres que procuram os serviços de saúde para a realização do exame Papanicolau está abaixo de 35 anos de idade, enquanto o risco para esta doença aumenta a partir desta idade.

Conforme os dados do INCA (2016) toda mulher que tem ou já teve vida sexual, principalmente as que estão entre 25 e 64 anos de idade deve fazer o exame preventivo. Devido à longa evolução da doença, o exame pode ser realizado a cada três anos. Para maior segurança do diagnóstico, os dois primeiros exames devem ser anuais. Se os resultados estiverem normais, sua repetição só será necessária após três anos.

A partir da análise dos dados coletados no município de Pinhalzinho - SC constatou-se que onze das doze mulheres investigadas alegam fazer o

exame preventivo todo ano (dado que corresponde à 91,7% das participantes), sendo que, apenas uma relata fazer somente quando percebe alguma alteração. Destas, nove (75%) utilizam os serviços do SUS para a realização do exame, duas (16,7%) não utilizam por acreditarem que o atendimento dos médicos particulares é mais eficaz e seguro, e apenas uma (8,3%) não utiliza por possuir plano de saúde.

Outro aspecto que deve ser enfatizado quando falamos de saúde da mulher é a prevenção do câncer de mama, que representa nos países ocidentais uma das principais causas de morte de mulheres. Segundo o Instituto Nacional de Câncer – INCA (2016),

O câncer de mama é provavelmente o mais temido pelas mulheres, devido à sua alta frequência e sobre tudo pelos seus efeitos psicológicos, que afetam a percepção da sexualidade e a própria imagem pessoal. Ele é relativamente raro antes dos 35 anos de idade, mas acima desta faixa etária sua incidência cresce rápida e progressivamente.

Atualmente as técnicas de prevenção para o câncer de mama acessíveis para as mulheres de ambas as classes sociais, são o autoexame da mama, a mamografia e a ultrassonografia. Silva et al. (2009) afirma que:

O autoexame de mama (AEM) é um exame físico, indolor, sem custos financeiros, de fácil realização e que propicia a detecção precoce de uma neoplasia, permitindo uma ação terapêutica eficaz, podendo prolongar a sobrevida da mulher, evitar sequelas físicas graves e as concomitantes sequelas emocionais, sociais e econômicas. É fundamental, também para o conhecimento mais aprofundado pela mulher das próprias mamas de forma a familiarizar-se com a forma, tamanho, aspecto da pele e do mamilo, o que vai facilitar precocemente, a detecção de anormalidades possibilitando um bom prognóstico, podendo evitar a mutilação da mama.

Quando questionadas as mulheres pinhalenses sobre a realização do autoexame das mamas os resultados não foram tão bons, 50% afirmaram que não tem o costume de fazer o autoexame, sendo que, a maioria (66,7%) das que não fazem, tem idade abaixo de 30 anos. As mulheres com idade acima de 50 anos são o público alvo que deve realizar todo o ano o exame de mamografia, que é um raio-x feito em um aparelho chamado mamógrafo. Todas as mulheres que responderam a pesquisa, que possuem idade superior a 50 anos, relataram fazer este exame todo o ano. Para a Sociedade Brasileira de Mastologia, esse exame é muito importante por que consegue identificar o câncer de mama bem no início, no momento em que existe uma grande chance de cura.

Cabe ressaltar que apenas uma pequena porcentagem dos casos de câncer de mama é de ordem hereditária. Straub (2014, p. 295) afirma que:

A maioria (por volta de 95%) está ligada a uma combinação de fatores de risco genético e não genético. Os fatores de risco não genético incluem obesidade, menos idade na menarca, falta de exercício, tabagismo, dieta inadequada, uso de contraceptivos orais, presença de outras doenças nas mamas, exposição a radiação e uso de álcool.

Estes fatores podem ser prevenidos com simples ações, através de campanhas de prevenção, que visam trabalhar o psicológico, a conscientização, e a importância do autocuidado na população feminina. Ações tais que devem ser trabalhadas na atenção primária do Sistema Único de Saúde, onde o psicólogo pode dar grandes contribuições com a aplicação dos conhecimentos e das técnicas psicológicas, às doenças e aos cuidados de saúde, visando a sua promoção e manutenção e a prevenção das doenças, além de auxiliar no entendimento da subjetividade dessas mulheres, e enfatizar o trabalho multidisciplinar nas UBS's. "Os psicólogos da saúde se direcionam para a compreensão da forma como os fatores biológicos, comportamentais e sociais influenciam a saúde e a doença." (ALMEIDA, 2011, apud TEIXEIRA, 2004).

### 3 CONCLUSÃO

De modo geral os resultados encontrados para a demanda por prevenção no Bairro Pioneiro da cidade de Pinhalzinho – SC foram positivos ao que se refere ao exame preventivo (Papanicolau) e a mamografia (onde 100% das mulheres que possuem a idade preconizada pelo SUS para a realização deste exame afirmaram fazer com regularidade). Porém para o autoexame das mamas os resultados não foram tão satisfatórios, tendo em vista que metade das entrevistadas não tem hábito de fazê-lo, mesmo sendo uma técnica de simples execução, que pode ser facilmente feita em casa.

O psicólogo neste contexto tem como finalidade trabalhar aspectos preventivos em saúde, concomitante a isto Rodrigues, Cruz e Paixão (2015) afirma que:

As ações de prevenção ajudam a minimizar o custo de cuidado com saúde, além de melhorar a qualidade de vida das pessoas. As consequências de uma doença crônica podem atingir os aspectos sociais e econômicos do país, dificultando seu desenvolvimento.

Vale destacar que as mudanças no estilo de vida das mulheres podem tanto aumentar os fatores de risco das doenças, quanto ajudar a preveni-las, neste sentido, ressalta-se a importância das UBS's trabalharem diretamente com comunidade, levando as informações para a população contando também com o auxílio dos Agentes Comunitários de Saúde.

Outra atividade importante a ser realizada pelo Psicólogo da Saúde é o mapeamento do território, tendo em vista que é preciso conhecer a realidade da população à ser atendida em cada Unidade Básica de Saúde, assim podendo desenvolver estratégias mais eficazes e condizentes. Como afirma Brasil, 2004 apud Laurell, 1982).

A saúde e a doença estão intimamente relacionadas e constituem um processo cuja resultante está determinada pela atuação de fatores sociais, econômicos, culturais e históricos. Isso implica em afirmar que o perfil de saúde e doença varia no tempo e no espaço, de acordo com o grau de desenvolvimento econômico, social e humano de cada região.

## REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Raquel Ayres de; MALAGRIS, Lucia Emmanoel Novaes. A prática da psicologia da saúde. Rev. SBPH vol.14 no.2 Rio de Janeiro. dez. 2011.

BRASIL. Ministério da Saúde. Política nacional de atenção integral à saúde da mulher: princípios e diretrizes. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Brasília: Ministério da Saúde, 2004.

INSTITUTO NACIONAL DO CÂNCER - INCA.

<<http://www2.inca.gov.br/wps/wcm/connect/inca/portal/home>>

Acesso em: 17/10/2016.

RODRIGUES, Juliana Dantas; CRUZ, Mércia Santos; PAIXÃO, Adriano Nascimento. Uma análise da prevenção do câncer de mama no Brasil. Ciênc. saúde coletiva vol.20 no.10 Rio de Janeiro Oct. 2015.

SILVA, Raimunda Magalhães da. et al. Realização do auto-exame das mamas por profissionais de enfermagem. Rev. esc. enferm. USP vol.43 no.4 São Paulo Dec. 2009.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE MASTOLOGIA. Saiba tudo sobre o câncer de mama. Disponível em:

<[http://www.sbmastologia.com.br/index.php?option=com\\_flippingbook&view=book&id=12:saiba-tudo-sobre-o-cancer-de-mama&catid=3:cartilhas&Itemid=960](http://www.sbmastologia.com.br/index.php?option=com_flippingbook&view=book&id=12:saiba-tudo-sobre-o-cancer-de-mama&catid=3:cartilhas&Itemid=960)>. Acesso em: 20/10/2016.

STRAUB, Richard O. Psicologia da Saúde: uma abordagem biopsicossocial. 3. Ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

Sobre o(s) autor(es)

Bruna Luiza Spada: graduanda do curso de Psicologia - 9ª fase, UNOESC, spada.brunaluiza@gmail.com;

Paula Breda: graduanda do curso de Psicologia - 9ª fase, UNOESC, paulabreda.pb@gmail.com.