

## DIA "D" PREVENÇÃO E PROMOÇÃO À SAÚDE DAS MULHERES: RELATO DE EXPERIÊNCIA ACADÊMICA

Franciele Rasch<sup>1</sup>

Gabriele Cella<sup>1</sup>

Simone Orth<sup>1</sup>

Camila Amthauer<sup>2</sup>

Érika Eberline P. dos Santos<sup>3</sup>

### Resumo

As ações de promoção da saúde e prevenção de doenças, direcionadas à saúde da mulher destacam-se como estratégias fundamentais para a prevenção do câncer de mama e de colo do útero. O objetivo do presente artigo é relatar uma experiência acadêmica de prevenção e promoção da saúde das mulheres ao câncer de mama e colo do útero em um município do Extremo Oeste de Santa Catarina. As ações foram realizadas em um sábado, em turno integral, de forma alusiva ao Dia Internacional da Mulher. Foram abordados assuntos como o acolhimento à mulher, criação de vínculo, consulta de enfermagem, demonstração da realização do exame das mamas, dinâmica de palpação em mamas de borracha e orientações quanto a importância do exame citopatológico e autoexame das mamas. Estas ações tiveram a intenção de garantir a adesão das mulheres ao autocuidado e aumentar a adesão ao exame citopatológico. A realização desta ação em saúde com as mulheres foi uma oportunidade ímpar, possibilitando a inserção das acadêmicas à realidade social das mulheres, colaborando para a reflexão no que se refere à atenção humanizada na saúde da mulher.

Palavras-chave: Saúde da Mulher. Neoplasias da Mama. Neoplasias do Colo do Útero. Prevenção de Doenças. Educação em Saúde.

## 1 INTRODUÇÃO

Dentre os diferentes tipos de câncer, o câncer de mama e o câncer de colo do útero também apresentam-se como questões de saúde pública que atingem a população feminina (CASTRO, 2009). A última estimativa do Instituto Nacional do Câncer apontou que o câncer de mama atingiria cerca de 57.960 novos casos, dos quais 14.206 evoluíam para óbito. Tal patologia é a causa mais frequente de morte por câncer em mulheres. Já as estimativas para o câncer de colo do útero era de 16.340 novos casos (INCA, 2015).

Levando em consideração estas estimativas, destacam-se as ações de promoção da saúde das mulheres e prevenção de doenças, direcionadas à saúde da mulher, como estratégias fundamentais para a prevenção do câncer de mama e colo do útero. Tais estratégias são a forma mais eficaz para evitar o câncer, uma vez que transcende a detecção precoce da doença e o tratamento adequado, além de intervenções destinadas a minimizar possíveis consequências e terapias agressivas. Não obstante, as atividades de prevenção e promoção de saúde viabilizam o aumento da frequência e da adesão das mulheres aos recursos e exames, intuindo reforçar sinais e sintomas de alerta, e incentivar a auto monitorização das usuárias (BRASIL, 2013).

Nesta dimensão do cuidado, o profissional enfermeiro possui notória relevância na promoção da saúde e prevenção desses cânceres, incentivando à saúde da mulher e o autocuidado. Partindo-se desse pressuposto, a assistência voltada para população feminina no que se refere à prevenção e promoção do câncer de colo de útero e mama deve ter objetivos concisos com os reais hábitos de vida dessas mulheres, sendo fundamental a conscientização das mesmas acerca do autocuidado, a fim de evitar tais doenças. Neste contexto, enfatiza-se o diagnóstico precoce, retratando a possibilidade de reabilitação e cura, aumento da sobrevida e diminuição da mortalidade (MACHADO; PINHO; LEITE, 2009).

Com base nestes pressupostos, o objetivo do presente artigo é relatar uma experiência acadêmica de prevenção e promoção da saúde das mulheres ao câncer de mama e colo do útero em um município do Extremo Oeste de Santa Catarina.

## 2 DESENVOLVIMENTO

Por meio dos dados do DATASUS realizou-se uma análise do número de mulheres dentro da faixa etária indicada para a realização do exame preventivo – de 25 a 59 anos, no ano de 2016 de um determinado município do Extremo Oeste de Santa Catarina. Assim, que a população feminina somava um total de 1.705 mulheres, sendo o exame citopatológico e das mamas foi realizado em 813 delas no referido ano, esse dado corresponde ao percentual de aproximadamente 84% da demanda estimada para o município. O valor elucidado não caracterizou uma situação desenfreada ou caótica, porém o índice não alcançou a meta estipulada, a qual seria de 100% de cobertura para as mulheres na faixa etária supracitada (BRASIL, 2010).

Dessa forma, procurou-se a secretaria de saúde do município as enfermeiras das unidades de saúde para se discutir acerca do problema identificado tentou encontrar uma solução para o mesmo. Tal solução encontrada foi promover uma ação de prevenção e promoção de saúde, denominada "DIA D", sendo realizada no mês de março em alusão ao Dia Internacional da Mulher, comemorado no dia 8 de março. Colaborando com a proposta do município, as unidades de saúde providenciaram a realização de exames de rastreamento de prevenção de câncer de colo de útero e de mama.

O município é composto por uma Unidade Básica de Saúde, a qual estão alocadas duas Estratégias de Saúde da Família. A ação foi executada em tal unidade, em um sábado, ocorrendo em horário integral, com o intuito de abordar mulheres na faixa etária de 25 a 59 anos, especialmente as que não conseguem acessar a unidade durante o horário comercial durante a semana.

A ação possibilitou a abordagem de mulheres trabalhadoras das seguintes categorias: professoras, comerciantes e todas aquelas que possuem expediente de trabalho fora do município residente. Além da presença significativa de agricultoras, as quais referiram barreiras geográficas e pessoais como empecilhos para submergir ao serviço de saúde.

Assim, a ação inicialmente focava no acolhimento à mulher, mantendo esta confortável na sala de espera, a qual as acadêmicas realizavam orientações de prevenir os cânceres de colo de útero e mama. Em uma segunda sala, era realizada a consulta de enfermagem, juntamente com anamnese e exame físico. Subsequentemente, as mulheres eram encaminhadas para a sala da enfermeira, a qual realizava o exame ginecológico e a coleta do citopatológico, simultaneamente com orientações e realização do exame clínico das mamas, além da identificação e encaminhamento da necessidade de realização do exame de mamografia em mulheres que inserem-se no protocolo regido pelo Ministério da Saúde.

Na primeira sala em que se realizou a consulta de enfermagem, estabeleceu-se um vínculo com as mulheres, por meio da comunicação com os profissionais e acadêmicas de enfermagem. Além de que aproveitou-se o espaço para extrair outras informações inerentes ao câncer de mama e colo de útero, destacando o histórico familiar e clínico. Na oportunidade, houveram relatos específicos, dentre estes, chamou-nos atenção a incidência de dois casos de câncer de mama no sexo masculino, mencionados como irmãos de tais mulheres.

Seguindo as atividades, no mesmo espaço, ocorreu uma ação de educação em saúde, a fim de promover o autocuidado da mulher com relação ao câncer de mama e colo do útero. Esta aconteceu por meio de uma conversa informal, clara e objetiva, em que concerniu-se as seguintes particularidades: importância do autoexame das mamas, salientando o principal objetivo da realização deste, incentivando para que as mulheres

conheçam suas mamas, facilitando a percepção de qualquer alteração, que, por ventura, possa aparecer.

Foram realizadas também orientações quanto a necessidade de atentar-se para pequenos nódulos nas mamas e na região das axilas, saída de secreções mamilares, mudança de cor da pele ao redor da mama e no tamanho ou no formato da mesma, dor nas mamas ou na região das axilas, a pele da mama apresentando-se com aspecto de casca de laranja, avermelhada, com prurido e com alterações na estrutura do mamilo. Ainda, foi informado que tais sinais e sintomas são os primeiros e principais indicativos do câncer de mama.

Foi ressaltado que na ocorrência de alguma das alterações mamárias citadas acima, a mulher procure de imediato o serviço de saúde e contatem o profissional enfermeiro. Uma vez que o enfermeiro deve usufruir da ferramenta de trabalho da orientação para construir um atendimento mais humanizado. Logo, orientar significa deixar entendido conforme evolui a doença, as especificidades das etapas e como agir com cada uma delas, respeitando a realidade socioeconômica e a rotina de cada família (SANTANA; ALMEIDA; SAVOLDI, 2009).

No término do esclarecimento sobre o câncer de mama, proporcionou-se uma dinâmica de palpação em mamas de borracha para a identificação de nódulos, com a perspectiva de oferecer o conhecimento de como estas se apresentam nos casos de neoplasias, evitando o surgimento de dúvida nos casos de identificarem o aparecimento desta alteração.

Além das orientações relacionadas ao câncer de mama, foi salientado sobre a importância do exame citopatológico e da sua realização uma vez ao ano, ou quando solicitado pelo profissional médico ou enfermeiro. Enfatizou-se que na realização deste o enfermeiro pode detectar alterações cervicais, que possam indicar uma neoplasia ou infecção sexualmente transmissível (IST), e que com o diagnóstico precoce destas patologias as chances de cura são de praticamente de 100%.

Quando as lesões são detectadas precocemente é possível interromper a evolução das lesões cervicais ainda prematuras, uma vez que, estudos mostram que as mulheres, mesmo conhecendo a importância da prevenção, geralmente procuram fazer o exame preventivo somente na presença de algum sintoma (DUAVY et al., 2007).

Com o objetivo de garantir a adesão das mulheres à realização do citopatológico e ao autoexame das mamas, é necessário que o profissional de Enfermagem supere as expectativas das mesmas, enriquecendo o momento com um clima de empatia e confiança. Neste sentido, destaca-se a importância deste profissional em demonstrar preocupação com a humanização das práticas assistenciais, visando estimular as mulheres para a sensibilização para enfrentar a ação proposta, de realização do exame e possível diagnóstico precoce (FERREIRA et al., 2005).

Pensando nisso, procurou-se, em todos os momentos da ação, criar um vínculo com a mulher e deixá-la o mais à vontade possível, favorecendo o desenvolvimento da atividade e a conscientização da mesma para a realização do exame citopatológico anualmente e o autoexame das mamas mensalmente. No final de cada atendimento, foi entregue pelas acadêmicas de enfermagem um cartão educativo, o qual ressaltava a importância dos temas abordados no dia "D".

### **3 CONCLUSÃO**

As ações realizadas neste dia tiveram como foco a educação em saúde, por meio de práticas que estimulassem o exercício do autocuidado das mulheres. Logo, esta intervenção foi uma estratégia amplamente discutida e construída de forma coletiva, entre as acadêmicas de enfermagem, as enfermeiras das unidades e a secretaria de saúde.

A realização destas atividades possibilitaram a troca de experiências entre os profissionais, acadêmicas e usuárias do serviço de saúde. A efetivação da ação possibilitou retomar a relevância do acolhimento, vínculo e, principalmente, das ações para a promoção da saúde da mulher

e a prevenção de doenças, além de influenciar para formação do profissional enfermeiro.

A ação em saúde desenvolvida com as mulheres foi uma oportunidade ímpar, possibilitando a inserção das acadêmicas de enfermagem à realidade social das mulheres, colaborando para a reflexão no que se refere à atenção humanizada na saúde da mulher. Assim, se reconhece a necessidade de envolvimento dos acadêmicos em ações de extensão, a fim de incentivar a prática da promoção da saúde e prevenção das doenças nos diferentes ciclos de vida das pessoas, possibilitando que se tornem profissionais ativos no processo de educação em saúde.

## REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Rastreamento. Brasília: Ministério da Saúde, 2010.

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. 2. ed. Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2013.

CASTRO, R. Cancer na Mídia: uma questão de saúde pública. Revista Brasileira de Cancerologia; v. 55; n. 1, p.41-48, 2009.

DUAVY, L. M. et al. A percepção da mulher sobre o exame preventivo do câncer cérvico-uterino: estudo de caso. Ciência e Saúde Coletiva; v. 12, n. 3, p. 733-742, 2007.

FERREIRA, P. C. A. et al. Educação e assistência fisioterapêutica às pacientes pós-cirurgia do câncer de mama. Belo Horizonte, 2005. Disponível em: <<https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/0693.pdf>>. Acesso em: 29 abril, 2017.

INCA. Instituto Nacional de Câncer. Estimativa 2016. Incidência do Câncer no Brasil. Rio de Janeiro: INCA, 2015.

MACHADO, F. S.; PINHO, I. G.; LEITE, C. V. A prevenção do câncer de mama pela atenção primária sob a ótica de mulheres com esta patologia. Rev Enferm. Integrada. Ipatinga: Unileste-MG. v. 2, n. 2. nov./dez. 2009.

ONCOGUIA. Estimativas de câncer no mundo. Instituto Oncoguia, 2015. Disponível em: <<http://www.oncoguia.org.br/conteudo/estimativas-no-mundo/1706/1/>> Acesso em: 25 abr.2017.

SANTANA, R. F.; ALMEIDA, K. S.; SAVOLDI, N. A. M. Indicativos de aplicabilidade das orientações de enfermagem no cotidiano de cuidadores de portadores de Alzheimer. Rev Esc Enferm. USP; 43, 459-464, 2009.

Sobre o(s) autor(es)

<sup>1</sup>Acadêmicas do curso de Enfermagem da Universidade do Oeste de Santa Catarina, campus São Miguel do Oeste. Email: : yele.rasch@hotmail.com; gabii\_cellla@hotmail.com; d: simony\_orth@hotmail.com;

<sup>2</sup>Doutoranda em Enfermagem. Professora do curso de Enfermagem da Universidade do Oeste de Santa Catarina, campus São Miguel do Oeste. Email: camila.amthauer@hotmail.com

<sup>3</sup>Mestra em Enfermagem. Professora do curso de Enfermagem da Universidade do Oeste de Santa Catarina, campus São Miguel do Oeste. Email: erikaerberline@live.com