I Mostra dos Projetos de Extensão CETSC IV 2025-1

Saúde da mulher: A importância do preventivo e autoexame de mamas

Autor(res)

Davi Giovanny Furtado Chumacero
Lucas Feliciano Custódio De Almeida
Enrico Carvalho Vaz
João Vithor Santana De Souza
Rodrigo Augusto Kohatsu

Categoria do Trabalho

Extensão

Instituição

CENTRO UNIVERSITÁRIO ANHANGUERA DE CAMPO GRANDE

Introdução

A Atenção Primária à Saúde (APS) é a porta de entrada do SUS, essencial na promoção, prevenção e cuidado contínuo da população. Projetos de extensão aproximam a universidade da comunidade, promovendo ações educativas em saúde. A inserção precoce de acadêmicos nas UBS fortalece a formação profissional e contribui para estratégias voltadas às demandas reais da população. Entre os temas abordados, destacam-se os cânceres de colo do útero e de mama, pela alta incidência e possibilidade de prevenção. A realização do exame citopatológico e o incentivo ao autocuidado são fundamentais. O presente projeto será realizado na UBSF Sírio-Libanês, em Campo Grande-MS, que atende uma comunidade diversa, com carência de informações sobre exames preventivos. A ação é vinculada à equipe acadêmica da instituição, com base na observação direta das necessidades das usuárias e busca promover a saúde da mulher por meio da educação e do protagonismo no cuidado.

Objetivo

Geral:
Ampliar a conscientização e o incentivo à prática do autocuidado entre mulheres, por meio da educação em saúde.
Específicos:Informar sobre a importância do exame preventivo do colo do útero; orientar a técnica do autoexame das mamas; e criar um ambiente acolhedor, fortalecendo o vínculo entre mulheres e a UBSF por meio da educação em saúde.

Material e Métodos

Foi realizado um estudo de abordagem qualitativa. A intervenção consistiu na realização de uma palestra educativa para as usuárias de uma Unidade Básica de Saúde (UBS), abordando a importância do exame preventivo do câncer de colo do útero e do autoexame das mamas.
A atividade ocorreu na sala de espera da UBS, com a participação de aproximadamente 20 mulheres. Durante a palestra, foi utilizada uma mama de silicone para demonstrar de forma prática a técnica correta do autoexame.

Após a explanação, realizou-se uma roda de conversa com as participantes, utilizando cartolinas verdes e vermelhas para facilitar a interação e verificar a compreensão do conteúdo abordado.
As mulheres demonstraram grande interesse pelo tema, participando ativamente das discussões e relatando terem adquirido novos conhecimentos sobre a importância da prevenção e do autocuidado.

Resultados e Discussão

A atividade realizada possibilitou ampliar a conscientização das mulheres presentes quanto à importância do autocuidado em saúde. As participantes demonstraram maior compreensão sobre a relevância da realização periódica do exame preventivo do câncer de colo do útero, especialmente quanto à faixa etária prioritária e os benefícios da detecção precoce.
Durante a ação, também foi possível orientar de forma clara e prática sobre a técnica adequada do autoexame das mamas, utilizando um modelo anatômico para a demonstração. As dúvidas foram esclarecidas em um espaço acolhedor e participativo, favorecendo um ambiente integrativo e fortalecendo o vínculo entre os usuários e a equipe da Unidade Básica de Saúde e Família.
A interação e o engajamento das usuárias confirmaram o alcance dos objetivos propostos, promovendo educação em saúde de forma efetiva e participativa.

Conclusão

A ação alcançou seu objetivo de promover o autocuidado e a conscientização sobre a saúde da mulher. Houve aumento do conhecimento das participantes, fortalecimento do vínculo com a UBSF e estímulo à prevenção. Além disso, contribuiu para o empoderamento feminino e reforçou o papel da Atenção Primária. A continuidade de projetos assim é essencial para impactos duradouros e para fortalecer a formação médica e a saúde coletiva.

Referências

GOULART, Bruna Helena et al. Fatores associados à não realização do exame de Papanicolau no Brasil: uma análise da Pesquisa Nacional de Saúde. Cadernos de Saúde Pública, v. 36, n. 6, 2020. Disponível em: https://www.scielo.br/j/csp/a/kFLtT6ztCRVrdNHPbycbFBz/. Acesso em: 30 abr. 2025.
SILVA, Mariana Ferreira da et al. Conhecimento sobre o câncer de mama e autoexame entre mulheres: uma revisão integrativa. Revista Brasileira de Enfermagem, v. 74, n. 1, 2021. Disponível em: https://www.scielo.br/j/reben/a/XY4ptKcP6q3fxrDQTKBLc5C/. Acesso em: 30 abr. 2025.
MINISTÉRIO DA SAÚDE (BR). Diretrizes para a detecção precoce do câncer de colo do útero no Brasil. Instituto Nacional de Câncer (INCA), 2016.