A IMPORTÂNCIA DO AUTOCUIDADO NA TERCEIRA IDADE: PREVENÇÃO DO CÂNCER DE MAMA E DE PRÓSTATA

Autor(res)

Leda Márcia Araújo Bento
José Soares De Resende Neto
João Gustavo De Lima Resende
Luiz Fernando Vieira Lopes
Giovana Lübe Dos Santos Teixeira
Fabíola Ojeda Serbai
Joao Vitor Collet Costa

Categoria do Trabalho

Extensão

Instituição

UNIVERSIDADE ANHANGUERA UNIDERP - CEARÁ

Introdução

O envelhecimento populacional é um fenômeno crescente que gera desafios à saúde pública, especialmente na promoção do autocuidado e prevenção de doenças crônicas. No Brasil, projeta-se que, até 2030, mais de 41 milhões de pessoas terão 60 anos ou mais (IBGE, 2023). Nesse cenário, estimular o autocuidado é essencial para o controle de fatores de risco e adesão a práticas preventivas, como o rastreamento dos cânceres de mama e de próstata (Brasil, 2022). Os projetos de extensão universitária atuam como instrumentos de integração entre ensino, pesquisa e comunidade, permitindo vivência prática dos princípios do SUS e fortalecendo competências humanísticas e técnico-científicas (Brasil, 2021), especialmente no desenvolvimento de ações educativas voltadas à prevenção do câncer na terceira idade.

Objetivo

Geral:

- Ampliar o conhecimento e conscientização sobre a prevenção de câncer na terceira idade e como evitar e/ou rastrear o câncer de mama e de próstata através de estilo de vida saudável, avaliações clinicas e laboratoriais.

Específicos:

- Promover a educação em saúde para idosos acerca da importância e significado das campanhas “Outubro Rosa” e “Novembro Azul”.

Material e Métodos

A ação de extensão foi classificada como um Estudo Descritivo e buscou promover a saúde e o autocuidado na terceira idade. O projeto foi realizado no Masc Razão Social

Movimento de Apoio Social Campo Grandense, abrangendo 37 idosos (homens e mulheres) residentes da área de cobertura da USF Vida Nova - Dr. Aquino Dias Bezerra.
A metodologia empregada consistiu em uma intervenção educativa de 40 minutos dividida em três momentos. Iniciamos com a recepção do público e a apresentação do tema central: "A Importância do Autocuidado na Terceira Idade: Prevenção do Câncer de Mama e de Próstata".
Na sequência, conduzimos a palestra teórica educativa. Utilizando computador e projetor multimídia, abordamos de forma clara e acessível os temas do Outubro Rosa e Novembro Azul, detalhando fatores de risco, sinais de alerta e a relevância do diagnóstico e rastreamento precoce para ambos os cânceres.

Resultados e Discussão

O plano de ação foi realizado no Movimento de Apoio Social Campo-Grandense (MASC) e contou com a participação de 37 pessoas idosas, entre homens e mulheres.
A atividade teve início com uma palestra educativa sobre câncer de mama e câncer de próstata, com o objetivo de promover a conscientização e a educação em saúde por meio das campanhas Outubro Rosa e Novembro Azul. Esses temas, muitas vezes cercados por estigmas, foram abordados de forma acolhedora e esclarecedora, buscando incentivar o diálogo e o cuidado com a saúde.
Para tornar o encontro mais participativo, foram elaboradas cinco perguntas sobre cada tema, que foram respondidas por cerca de 22 participantes. Essa dinâmica contribuiu para o envolvimento do grupo e para a troca de conhecimentos, além de nos passar uma visão de quantas pessoas compreenderam o que explicamos durante a palestra.

Conclusão

O objetivo geral do projeto de extensão sobre “A importância do autocuidado na terceira idade: Prevenção do câncer de mama e de próstata” foi atendido. A metodologia, composta por palestra teórica educativa e dinâmica de perguntas, promoveu efetivamente a conscientização sobre autocuidado e diagnóstico precoce.

Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Educação Permanente em Saúde. Brasília: MS, 2021. Disponível em: https://www.gov.br/anvisa/pt-br/centraisdeconteudo/publicacoes/educacao-epesquisa/qualificacao-profissional-em-vigilancia-sanitaria/politica-nacional-de-educacao-permanente-emsaude.pdf/view. Acesso em: 29 out. 2025.
BRASIL. Ministério da Saúde. Cadernos de Atenção Básica nº 40 – Prevenção e controle do câncer. Brasília: MS, 2022. Disponível em: http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/caderno_40.pdf. Acesso em: 29 out. 2025.
BRASIL. Ministério da Saúde. Instituto Nacional de Câncer (INCA). Estimativa 2023: Incidência de Câncer no Brasil. Rio de Janeiro: INCA, 2023. Disponível em: https://www.inca.gov.br/sites/ufu.sti.inca.local/files/media/document/estimativa-2023.pdf. Acesso em: 29 out. 2025.