

## II JORNADA INTERDISCIPLINAR EM SAÚDE

### RELATO DE EXPERIÊNCIA: AÇÃO EDUCATIVA SOBRE CÂNCER DE MAMA COM MULHERES PARTICIPANTES DO CAPS, MARAVILHA-SC

KLEIN, Larissa<sup>1</sup>; TRENTIN, Micheli Mayara<sup>2</sup>; LORENZI, Raiara Forcelini<sup>3</sup>.

<sup>1</sup> Acadêmica, Curso de Nutrição, Centro Universitário FAI.

<sup>2</sup> Professora Mestre, Docente do Centro Universitário FAI.

<sup>3</sup> Professora Especialista, Docente, Centro Universitário FAI.

#### RESUMO EXPANDIDO

**INTRODUÇÃO:** O câncer de mama é o segundo câncer que mais acomete pessoas no mundo, sendo mais comum em mulheres e responde em torno de 22% dos novos casos a cada ano. Se diagnosticado e tratado a tempo, o prognóstico é comparativamente bom. Assim, é importante possuir mecanismos que incentivem os indivíduos a cuidar de sua saúde, para a qual é necessário promover o processo de socialização da informação. Com relação à doença, é importante abordar questões como epidemiologia, fatores de risco, protetores, mecanismos de detecção precoce e tratamento futuro. Acesso à informação de qualidade proporciona conhecimento e compreensão dos problemas abordados, por isso, é necessário capacitar pessoas comuns como aliados importantes no controle e detecção precoce do câncer de mama, bem como, promover saúde através de atividades de educação alimentar, visto que a má alimentação é um dos fatores significativos para o desenvolvimento da doença. **OBJETIVO:** Abordar informações sobre nutrição, alimentação saudável, exercícios físicos e autocuidado com foco na prevenção do câncer de mama. **METODOLOGIA:** Este estudo consiste em um relato de experiência vivenciado pela acadêmica de Nutrição da Unidade Central de Educação Fai Faculdades (UCEFF), no Centro de Atenção Psicossocial (CAPS), no município de Maravilha, Santa Catarina, durante estágio supervisionado em saúde pública. Utilizou-se como metodologia a realização de roda de conversa. Foi desenvolvido uma palestra/roda de conversa educativa em comemoração ao Outubro Rosa, onde participaram 15 mulheres, que teve como objetivo abordar temas relacionados à doença, com foco na prevenção (autoexame), fatores de risco e hábitos de vida saudáveis. Para fundamentar e preparar o material sobre o tema, realizou-se pesquisas com base em materiais educativos do Instituto Nacional do Câncer (INCA). A ação se desenvolveu em duas etapas, sendo a primeira, explicando o câncer de mama com o auxílio

de slides, desenvolvido e apresentado por uma enfermeira chefe do município. Em seguida, a estudante realizou a apresentação, “Outubro Rosa: alimentação saudável também é prevenção”, focada em alimentação saudável, no contexto prevenção do câncer de mama. Explanado sobre a classificação dos alimentos, segundo o guia alimentar para a população brasileira, a importância de limitar o consumo de alimentos processados e evitar consumir alimento ultra processados, pois os mesmos são formulações industriais feitas inteiramente ou majoritariamente de substâncias extraídas de alimentos, não possuindo nenhum benefício ao organismo. Explicado sobre alimentos funcionais e suas propriedades em combate ao câncer, repassado exemplos de alimentos a serem consumidos, para que se obtenha os benefícios, bem como, a relevância em realizar atividades físicas, possuir momentos de lazer, controlar o estresse e manter o peso ideal, visto que obesidade também é um fator de risco para desenvolvimento da doença. **DISCUSSÃO OU ANÁLISE DOS DADOS DE CAMPO:** Dentre os aspectos analisados, observou-se que as mulheres presentes não possuíam indicação clara de como realizar o autoexame, como eram encaminhadas para mamografia nas redes de atenção e com que idade deveriam ser rastreadas, principalmente sobre quais fatores contribuíram para o desenvolvimento da doença. Durante a roda de conversa percebeu-se que muitas delas não possuem acesso à informação de qualidade, gerando muitas dúvidas acerca da alimentação saudável. **CONCLUSÃO:** A atividade desenvolvida com esse grupo tornou compreensível a doença, distribuindo informações verdadeiras, claras, de fácil compreensão e de qualidade, para que se tenha uma melhor condição para o bem-estar global do indivíduo, afim de prevenir o câncer de mama, assim como contribuiu para maior interação e aproximação da acadêmica com a realidade da comunidade. Esse grupo foi importante pois concedeu oportunidade para as participantes expressarem emoções e sentimentos, criando um vínculo entre profissional que desenvolveu a atividade e integrante. Essas atividades fazem com que o paciente participe mais assiduamente das atividades proporcionadas pelo CAPS.

**Palavras-chave:** Saúde da Mulher. Educação Nutricional. Câncer de Mama.

## **REFERÊNCIAS**

ABC DO CÂNCER. Rio de Janeiro, RJ: Taís Facina, 2011. Disponível em: [https://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/publicacoes/abc\\_do\\_cancer.pdf](https://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/publicacoes/abc_do_cancer.pdf). Acesso em: 6 dez. 2022.

TIEZZI D G. **Epidemiologia do câncer de mama**. Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia. 2009; 31(5):213-5.