

A promoção do autoexame da mama e a assistência de enfermagem

The promotion of breast self examination and nursing care

La promoción del auto-examen de la mama y la asistencia de enfermería

Resumo: O câncer de mama é considerado uma das doenças que mais causa mortes no Brasil. Estatisticamente essa patologia vem atingindo progressivamente um maior número de mulheres, com faixas etárias mais baixas, e com evidente aumento da mortalidade. O autoexame das mamas é um método simples, fácil e gratuito. Sua prática deve ser incentivada, para que faça parte da rotina da mulher e seja uma ferramenta de avaliação e controle de sua própria saúde. O enfermeiro é o profissional que está mais próximo e possui o conhecimento necessário para transmitir essas informações às mulheres, explicando sua importância, esclarecendo suas dúvidas e ensinando a técnica do autoexame. Portanto, é importante que o enfermeiro seja capacitado com conhecimento técnico, científico e habilidades interpessoais para estabelecer um vínculo terapêutico com as mulheres que realizam o autoexame de mamas.

Descritores: Autoexame, Avaliação, Assistência de Enfermagem.

Abstract: *The breast cancer is considered a disease that causes more deaths in Brazil. Statistical this pathology comes gradually reaching a bigger number of women, with lower ages bands, and evident increase of mortality. The auto examination of the breasts is a simple, easy and gratuitous method. Practical its must be stimulated, so that it is part of the routine of the woman and either a tool of evaluation and control of its proper health. The nurse is a professional who is closer and has the knowledge necessary to transmit this information to women, explaining their significance, clarifying their doubts and teaching the technique of self examination. It is therefore important that nurses be trained with technical and scientific knowledge and interpersonal skills to establish a therapeutic relationship with women who perform the breast self-examination.*

Descriptors: *Self examination, evaluation, Nursing Care.*

Resumen: *El cáncer de mama se considera una enfermedad que causa más muertes en Brasil. La estadística de la patología viene alcanzando progresivamente um mayor número de mujeres, conforme el rango de edades más bajas, y con evidente aumento de la mortalidad. El auto-examen de las mamas es un método simple, fácil y gratuito. Su practica debe ser estimulada, de modo que pase a ser parte de la rutina de la mujer y una herramienta de evaluación y de control de su propia salud. La enfermera es un profesional que está más cerca de ella, y tiene el conocimiento necesario para transmitir estas informaciones a las mujeres, explicando su importancia, aclarar sus dudas y enseñando la técnica del auto-examen. Por lo tanto, es importante que la enfermera sea capacitada con conocimiento técnico, científico y habilidades interpersonales de establecer un enlace de relación terapéutica con las mujeres que realizan el auto-examen de las mamas.*

Descriptores: *Auto-examen, evaluación, Asistencia de Enfermería.*

Maria Silvana da Silva Francisco

Enfermeira, graduada pela UNINOVE; Pós-graduanda em Docência do Ensino Médio, Técnico e Superior na Área da Saúde pela FAPI e Enfermagem em Urgência e Emergência pela UNINOVE. Docente de Curso Técnico pelo CEPALFA.

E-mail: vanne_francis@hotmail.com

Elizabeth Silveira Gomes

Enfermeira, graduada pela UNINOVE; Pós-graduanda em Docência do Ensino Médio, Técnico e Superior na Área da Saúde pela FAPI.

Sandra Regina Araújo Rivaldo

Enfermeira, Especialista em Administração em Serviços de Saúde e Administração pela USP; Licenciatura em Enfermagem pela USP; Gerenciamento de Enfermagem pela SOBRGEN. Diretor Técnico da Divisão de Saúde da Secretaria de Estado da Saúde do Estado de São Paulo. Docente da UNINOVE.

Introdução

O câncer é a doença do século. Quem nunca ouviu essa frase? A verdade é que o câncer por muitas décadas foi considerado uma doença mortal e temível, por ser incurável. Ainda não se formalizou nenhuma cura para o câncer quando instalado em fase avançada, porém com o passar das décadas, o avanço tecnológico e as descobertas da ciência, a medicina descobriu que a detecção precoce ainda seria a melhor arma contra o câncer, por possibilitar diversos tipos de tratamentos eficazes no controle da doença e sua possível cura¹.

Nas últimas décadas essa doença transformou-se em um problema de Saúde Pública no mundo sendo considerado o tumor de maior incidência nos Estados Unidos, Canadá, Noruega, Cuba, Índia, Suécia, Austrália e Brasil. A sua alta taxa de incidência tem preocupado a literatura médica e psicológica, e o autoexame das mamas ainda é considerado um meio de detecção sem custos e seguro que possibilita diagnosticar precocemente a doença².

O câncer é a doença mais comum da mama, incidindo frequentemente em mulheres, com idade entre 40 e 60 anos. Inicialmente, o câncer da mama se manifesta com um pequeno tumor, ainda imóvel e indolor, quase não dando reação aos gânglios das axilas; depois o tumor se torna menos móvel e começa a aumentar o volume dos gânglios regionais mais próximos; com o passar do tempo, o tumor aumenta de tamanho, mais facilmente palpável e adere à fáscia profunda e aos músculos subjacentes; nas fases mais avançadas ocorre ulceração do tumor, com sua fixação às estruturas mais profundas do tórax, estagnação linfática no braço afetado, metástases para os ossos e certas vísceras³.

No Brasil a doença já superou em incidência o câncer de colo do útero, considerado a principal neoplasia feminina e ocupando o terceiro lugar em mortalidade por cânceres entre homens e mulheres^{2,4}.

Dados do Ministério da Saúde indicam que a região Sudeste do Brasil abriga o maior número de diagnósticos de câncer de mama. O processo de urbanização em nosso país explica esse fenômeno, bem como questões culturais e sócio-políticas. Sendo que, a ausência ou deficiência de serviços de saúde adequados à mulher tendem a facilitar essa situação².

O câncer de mama é considerado uma doença progressiva, com alto índice de mortalidade entre as mulheres. Sua detecção pela própria mulher é geralmente o principal e o primeiro método de avaliação, pois na maioria das vezes é a paciente quem encontra o tumor através do autoexame. O principal fator de risco ainda é a história familiar com parentesco de primeiro grau (mãe ou irmã), que desenvolveram a doença antes dos 40 anos de idade. Outro fator de risco importante é a menopausa tardia (após os 55 anos), e em segunda linha estão relacionados às alterações histológicas de hiperplasias atípicas¹.

Ainda não existe nenhum método de prevenção primária do câncer de mama, entretanto é imprescindível que seja feito um controle de sua evolução. Atualmente é possível obter o diagnóstico precoce através da avaliação clínica e exame por imagem - mamografia³.

A detecção e o tratamento precoce tendem a proporcionar maior chance de cura e sobrevida na mulher. O autoexame de mama possibilita o reconhecimento, pela própria paciente, de seu corpo e suas alterações mamárias e o aparecimento de possíveis nódulos mamários. Sendo considerado o menos oneroso e o mais prático de todos os exames¹.

O câncer de mama na mulher é uma realidade dolorosa, pois além do sofrimento causado pela dor física também existe o sofrimento causado pela mutilação do corpo, nos casos em que é necessária a intervenção cirúrgica⁵. Nesse momento, a questão psicológica da mulher fica abalada, pois a sua estética encontra-se comprometida, e também o seu lado feminino, criando dessa forma uma situação crítica e delicada que deve ser acompanhada por uma equipe de profissionais qualificados para cuidar da saúde física e mental da paciente.

A ação efetiva dos profissionais da área de saúde, transmitindo o ensino teórico-prático do autoexame da mama, contribui para a educação da mulher com relação a sua própria saúde e os benefícios de uma avaliação preventiva contra o câncer de mama¹.

Estudos demonstram que a detecção do diagnóstico precoce de tumor deverá ser feita o quanto antes, apresentando o menor tamanho possível e em estágio inicial^{3,7}.

O autoexame das mamas é considerado a ferramenta mais eficiente e mais barata na prevenção do câncer de mama nas mulheres. Os profissionais de enfermagem possuem um papel importante nesse contexto, pois atuam diretamente com as pacientes, colhendo e transmitindo informações. Dentro desse contexto é possível ensinar na prática a teoria adquirida a

respeito do autoexame das mamas e sua importância para as pacientes.

Conforme definido na Assembleia Mundial de Saúde, há mais de 25 anos, o sucesso na luta contra o câncer de mama depende da construção de um programa preventivo, eficaz e abrangente^{3,8,9}.

Justifica-se o presente trabalho pela importância de estudar o tema autoexame das mamas na luta contra a doença, e a assistência da equipe de enfermagem dentro desse contexto.

Objetivo

Descrever a importância da atuação do enfermeiro na assistência educacional à promoção do autoexame das mamas.

Desenvolver um plano assistencial de enfermagem na promoção do autoexame das mamas.

Material e Método

A metodologia deste estudo teve como suporte a pesquisa bibliográfica. A abordagem da temática foi realizada através de livros, artigos publicados em periódicos, publicações de eventos, dissertações e teses, localizados nas bases de dados LILACS, MEDLINE e em bibliotecas da instituição de ensino.

A pesquisa bibliográfica foi realizada através de descritores: enfermagem, autoexame da mama, avaliação, assistência e cuidados da equipe de enfermagem. O limite estabelecido para o ano de publicação dos materiais compreende período de 1999 a 2008.

Para decisão do conteúdo foram realizadas leituras exploratórias que forneceram elementos para a compilação e fichamento do material. Após a seleção das publicações foram realizadas leituras crítico-reflexivas com o objetivo de análise e interpretação.

Resultados

As mulheres têm pouco conhecimento a respeito das doenças que refletem e comprometem a sua vida de forma considerável. Sendo que, na área da saúde os avanços técnicos científicos permitiram descobrir tratamentos para várias doenças, ou prolongar a vida dos pacientes, tais

como o câncer de mama tema de constantes discussões e pesquisas, devido a sua relevância ao crescente número de casos de óbitos¹.

De acordo com os autores estudados^{4,7,10}, o câncer é a doença mais comum da mama, incidindo entre mulheres de 40 e 60 anos de idade. Inicialmente, o câncer da mama se manifesta com um pequeno tumor, ainda imóvel e indolor, quase não dando reação aos gânglios das axilas; depois o tumor se torna menos móvel e começa a aumentar o volume dos gânglios regionais mais próximos; porém, com o passar do tempo, o tumor aumenta consideravelmente de tamanho, mais facilmente palpável e adere à fáscia profunda e aos músculos subjacentes; nas fases mais avançadas ocorre ulceração do tumor, com sua fixação às estruturas mais profundas do tórax, estagnação linfática no braço afetado, metástase para os ossos e certas vísceras.

Câncer é o termo geralmente empregado para representar um conjunto de mais de 100 doenças, caracterizado pelo crescimento desordenado das células malignas, com uma grande capacidade de invadir outras células orgânicas (metástases). Onde, o câncer de mama é uma das neoplasias mais estudadas sob vários aspectos, principalmente devido às suas características epidemiológicas.

De acordo com as pesquisas estudadas existem vários tratamentos para o câncer de mama, tais como radioterapia, quimioterapia, hormonioterapia ou até mesmo cirurgia de mastectomia. Lembrando que, o tratamento para o câncer de mama requer uma estrutura médico-hospitalar e recursos humanos qualificados, com equipes multidisciplinares, e que o objetivo é buscar o melhor resultado de sobrevida com um mínimo de perda de estética.

Nesse âmbito a enfermagem tem um papel fundamental nos cuidados a essas pacientes, pois requerem habilidades técnicas e conhecimentos científicos em todas as etapas do atendimento¹⁰. Como é o caso da quimioterapia, onde a enfermeira deve dominar as seguintes áreas:

- ✓ Ensino de pacientes e familiares quanto aos tratamentos a serem realizados;
- ✓ Farmacologia dos agentes antineoplásicos;
- ✓ Princípios da administração de quimioterapia;
- ✓ Punção venosa e terapia IV;
- ✓ Efeitos colaterais dos quimioterápicos e intervenções de enfermagem;
- ✓ Entendimento e resolução de problemas comuns encontrados pelos pacientes e familiares.

Sendo o câncer de mama uma das doenças que mais causam impacto na vida das mulheres, a detecção precoce do diagnóstico e as novas possibilidades de tratamento vêm aumentando a sobrevida dessas mulheres e possibilitando tratamento menos agressivo. Para tanto, é importante o conhecimento do enfermeiro para auxiliá-la na sua prática, suas intervenções para a promoção da sua saúde e contribuição para a sua qualidade de vida⁸.

Discussão

Qualquer tipo de tratamento administrado a paciente com câncer de mama, deve ser compreendido além das técnicas, sempre buscando a dimensão do cuidado humano. O enfrentamento da doença e dos tratamentos, sejam quais forem, geram reações adversas e significativas para as pacientes e devem ser englobadas no planejamento da assistência de enfermagem elaborada pela enfermeira.

Cabe a enfermeira priorizar o aspecto educativo de sua atuação e colocar-se a disposição para que a paciente e seus familiares possam também esclarecer dúvidas e ansiedades, explicar o tipo de tratamento que será realizado, bem como aliviar a ansiedade da paciente através do diálogo. Esse processo de comunicação é importante para gerar segurança por parte da paciente e de seus familiares com relação à conduta médica, e lidar com a sua doença de forma menos traumática possível.

As intervenções do enfermeiro na promoção da qualidade de vida das pacientes com o diagnóstico de câncer de mama compreendem⁸:

- ✓ Explicar o câncer de mama e as opções de tratamento;
- ✓ Reduzir o medo, a ansiedade, o estresse, melhorando a capacidade de enfrentamento;
- ✓ Promover a capacidade de tomar decisões;
- ✓ Aliviar a dor e o desconforto dos efeitos colaterais, quando existirem;
- ✓ Manter a integridade cutânea e prevenir infecções;
- ✓ Promover a participação dos cuidados, tanto da paciente quanto da família;
- ✓ Esclarecer como o companheiro da paciente pode colaborar e participar no tratamento.
- ✓ Monitorar, prevenir e tratar as complicações potenciais;
- ✓ Ensinar o autocuidado às pacientes e família.

A prevenção é um aliado ao tratamento do câncer de mama e existem várias formas de utilizar o conhecimento adquirido pela mulher para detectar qualquer tipo de sintoma ou nódulo suspeito da doença.

O autoexame das mamas mensal e o acompanhamento com o mastologista semestralmente ou uma vez por ano favorecem o diagnóstico precoce do câncer de mama, aumentando as chances de cura. O diagnóstico é confirmado através dos exames de mamografia, ultrassonografia, aspiração, biópsia e testes de receptores hormonais^{4,7}.

Existe a necessidade de criar programas de prevenção e detecção precoce do câncer, onde a maior justificativa é o aumento da sobrevida da mulher com qualidade e proporcionar maiores chances de cura. O autoexame é considerado um dos métodos de detecção precoce mais importante, pois não tem custo e a própria mulher pode realizar periodicamente¹.

Ensinar e incentivar essa prática de forma sistemática é ainda uma opção inteligente e faz parte do trabalho dos profissionais da área da saúde, em específico a equipe de enfermagem, possibilitando à mulher conhecer melhor o seu corpo e fazer da prevenção um hábito saudável e indispensável, pois é uma doença com alto índice entre as mulheres e ainda não existe uma forma de evitar o seu aparecimento, somente identificar previamente¹¹.

Dessa forma, o controle dessa patologia depende diretamente da educação em saúde, através de campanhas educativas e orientações ambulatoriais.

Conclusão

Apesar de ser uma doença de grande incidência entre as mulheres, ainda se faz necessário muitos estudos científicos para uma melhor compreensão e resultados positivos acerca do tratamento prestado a essas pacientes.

Muitos estudos relacionados com o tema proposto não estavam direcionados à assistência de enfermagem. Diante disso, percebemos que o enfermeiro participa de todas as etapas da doença, do diagnóstico ao término do tratamento. Por isso devem estar capacitados e realizando constantes cursos de aperfeiçoamento e de educação permanente.

De acordo com esse estudo podemos concluir que, o conhecimento do enfermeiro quanto às possíveis reações medicamentosas e psicológicas, de acordo com o tipo de tratamento administrado, é de suma importância e serve de

subsídio para planejar o cuidado e melhorar a qualidade de vida.

Referências

1. Davim RMB, Torres GV, Cabral MLN, Lima VM, Souza MA. Autoexame da mama: conhecimento de usuárias atendidas no ambulatório de uma maternidade escola. *Revista Latino Americana de Enfermagem*. 2003;11(1).
2. Gonçalves SCM, Dias MR. A prática do autoexame da mama em mulheres de baixa renda: um estudo de crenças. *Estudos de Psicologia*. 1999; 4(1):141-159.
3. Marinho LAB, Costa-Gurgel MS, Cecatti JG, Osis MJD. Conhecimento, atitude e prática do autoexame das mamas em centros de saúde. *Revista de Saúde Pública*. 2003; 37(5).
4. INCA. Instituto Nacional de Câncer. Controle do câncer de mama. Documento de consenso. Rio de Janeiro: Instituição Nacional de Câncer. 2004.
5. Ishikwa NM, Derchain SFM, Thuler L, Santos C. Fadiga em pacientes com câncer de mama em tratamento adjuvante. *Revista Brasileira de Cancerologia*. São Paulo. 2005; 51(4):313-18.
6. Smeltzer S, Bare BG. Brunner & Suddarth - Tratado de enfermagem médico-cirúrgica. Guanabara Koogan. 2002.
7. Makluf ASD, DIAS, Barra RC, Almeida A. Avaliação da qualidade de vida em mulheres com câncer de mama. *Revista Brasileira de Cancerologia*. São Paulo. 2006; 52(1):49-58.
8. Secoli SR, Padilha KG, Leote RCBO. Avanços Tecnológicos em Oncologia: reflexões para a prática de enfermagem. *Revista Brasileira de Cancerologia*. 2005; 51(4):331-37.
9. Pinho VFS, Coutinho ESF. Risk factors for breast cancer: a systematic review of studies with female samples among the general population in Brazil. *Cad Saúde Pública*. 2005; 21:351-60.
10. Bonassa EMA, Santana TR. Enfermagem em terapêutica oncológica. São Paulo: Atheneu. 2005.