

EIXO: Educação em saúde com temas/metodologias variadas.

OUTUBRO ROSA NA COMUNIDADE DA UBSF EZEQUIAS VENÂNCIO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Beatriz Araújo Lima¹, Rebeca Nayelle Bernardo da Silva², Sthefany Santina Silva Santos³, Lucas Kerllon Tavares de Pontes⁴, Renata Inácio de Andrade Silva⁵, Isis Giselle Medeiros da Costa⁶, Luana Carla Santana Ribeiro⁷

luana.carla@professor.ufcg.edu.br e isis-costta@hotmail.com

Resumo

Introdução:

O Outubro Rosa é uma campanha realizada todos os anos com o objetivo de conscientizar sobre a importância da prevenção e do diagnóstico precoce do câncer de mama e do colo do útero. Segundo o Ministério da Saúde, esses são os dois tipos mais comuns de cânceres entre as mulheres no Brasil, mesmo existindo prevenção e tratamento para eles [1]. A iniciativa, que teve origem nos Estados Unidos na década de 1990, busca promover o acesso à informação e encoraja a realização de exames regulares, como a mamografia, e também a promoção de hábitos de vida saudáveis que podem reduzir os fatores de risco associados à doença. De acordo com o Instituto Nacional de Câncer (INCA), a incidência de câncer de mama afeta cerca de 73 mil pessoas por ano, sendo recomendada a mamografia de rotina para mulheres de 50 a 69 anos, que é disponibilizada pelo Sistema Único de Saúde (SUS) de forma gratuita [2]. Já o câncer do colo do útero afeta mais de 17 mil novas mulheres por ano, sendo as principais formas de prevenção, a vacina HPV em meninas e meninos de 9 a 14 anos e a realização do exame preventivo para mulheres de 25 a 64 anos a cada 3 anos, também disponibilizados gratuitamente no SUS. Ambos os tipos de cânceres podem estar ligados a hábitos, alimentação e ao estilo de vida. Em 2024, o Ministério da Saúde utilizou o tema “Mulher: seu corpo, sua vida” em alusão ao mês temático, como forma de reforçar a importância da campanha e nortear ações voltadas para essa causa. A Unidade Básica de Saúde (UBS) Ezequias Venâncio da Fonseca realizou uma ação de conscientização do Outubro Rosa, com o objetivo de promover a saúde da mulher, abordando de maneira holística a importância da prevenção e do diagnóstico precoce do câncer de mama e do colo do útero. Nesta, tivemos como objetivo a abordagem direta às mulheres da comunidade, sendo possível levar informações importantes sobre a prevenção, diagnóstico precoce e também incentivando o cuidado e promoção da saúde com exercícios físicos regulares, alimentação saudável e acesso à educação em saúde de forma dinâmica e acessível. Este relato objetiva descrever a ação educativa do Outubro Rosa organizada e executada por um Grupo de Aprendizagem Tutorial (GAT) do PET-Saúde do Centro de Educação e Saúde da UFCG, em parceria com outras instituições, direcionada principalmente às mulheres da Comunidade da UBSF Ezequias Venâncio.

Metodologia/Desenvolvimento da ação/intervenção:

Trata-se de um relato de experiência, de abordagem qualitativa. Para a realização da atividade coletiva, inicialmente foi realizado o planejamento e organização do evento, além de busca de parcerias com atores sociais que iriam contribuir com sua realização, a saber: estudantes extensionistas da BASE – UFCG, Equipe de saúde da família da UBSF Ezequias, profissional de educação física municipal e o 9º Batalhão da Polícia Militar. Durante a realização da ação, o processo de organização envolveu três pilares principais: atividades físicas, oferta de serviços de saúde gratuitos e ações educativas, sempre com uma abordagem humanizada e linguagem acessível, visando não apenas o cuidado físico, mas também o emocional e social das participantes. A ação teve início com a oferta de diversos serviços de saúde em uma tenda montada para a ocasião. Foram realizados exames de tipagem sanguínea, vacinação e aferição de sinais vitais, promovendo a conscientização sobre a importância da prevenção e monitoramento da saúde. O teste de glicemia também foi disponibilizado, permitindo o monitoramento da saúde metabólica das participantes, com orientações sobre a alimentação e o controle glicêmico, além de encorajar a realização de exames periódicos. Esses serviços gratuitos forneceram um atendimento rápido e eficiente, incentivando as mulheres a adotarem hábitos de autocuidado e a realizarem exames de rotina. Após esse momento de cuidados, foi realizado um momento educativo com dinâmica, onde as participantes

^{1,2,3,4} Estudantes de Graduação, UFCG, Campus Cuité, PB. Brasil.

^{5,6} Enfermeira preceptora, UFCG, Campus Cuité, PB. Brasil.

⁷ Orientadora, Professora do Curso de Bacharelado em Enfermagem, UFCG, Campus Cuité, PB. Brasil.

puderam se envolver ativamente e refletir sobre os conteúdos debatidos. A dinâmica foi especialmente pensada para criar um ambiente interativo, onde as mulheres se sentiram à vontade para compartilhar experiências e esclarecer dúvidas, ao mesmo tempo que ampliaram seus conhecimentos sobre o câncer de mama e do colo do útero. Seguindo a programação, foi realizada uma caminhada até o batalhão da Polícia Militar, com o objetivo de integrar ainda mais as participantes e promover a socialização. Esse momento de movimento coletivo também visou estimular a adoção de hábitos saudáveis e o fortalecimento do vínculo entre as mulheres da comunidade. Ao chegar no batalhão, as participantes foram recebidas com uma animada aula de zumba, que foi uma alternativa divertida e inclusiva para todas as idades e condições físicas, promovendo o bem-estar físico e mental de maneira dinâmica. As ações educativas desempenharam um papel central na ação, com conversas e distribuição de materiais informativos sobre o câncer de mama e do colo do útero. As mulheres foram sensibilizadas sobre a importância da mamografia, do exame de Papanicolau e da vacinação contra o Papilomavírus Humano (HPV). Durante essas atividades, a equipe de saúde se empenhou em criar um espaço acolhedor e de escuta, no qual as participantes poderiam expressar dúvidas, compartilhar experiências e receber informações de forma clara e acessível. Além disso, os espaços de troca de experiências fortaleceram o vínculo entre as mulheres, criando uma rede de apoio mútua que potencializou a adesão à ação e a promoção de hábitos saudáveis. Para tornar o evento ainda mais especial e atrativo, foram realizados sorteios de brindes, que contribuíram para o engajamento das participantes. Também foi oferecido um lanche saudável, proporcionando um momento de convivência e fortalecimento da rede de apoio entre as mulheres. A ação contou com a parceria do batalhão da Polícia Militar, que colaborou para garantir a segurança e o sucesso do evento, além de promover a importância da união entre os diferentes setores da comunidade no cuidado à saúde.

Resultados observados:

A ação do Outubro Rosa na Unidade Básica de Saúde Ezequias Venâncio da Fonseca alcançou um bom fortalecimento do cuidado à saúde das mulheres da comunidade, com cerca de 35 participantes, promovendo uma maior adesão ao autocuidado, cuidado coletivo e à realização de exames preventivos, como mamografia e o exame de Papanicolau, fundamentais para o diagnóstico precoce de doenças como o câncer de mama e de colo do útero. Com a realização desta ação, espera-se que as participantes se sintam mais motivadas a buscar atendimento e cuidados de rotina, entendendo a importância desses exames para sua saúde e bem-estar. Além disso, o evento buscou aumentar a conscientização das mulheres sobre os cuidados com a saúde de maneira geral, não apenas em relação ao câncer, mas também a outras doenças crônicas. Através da roda de conversa, dinâmicas e momentos de troca de experiências, as participantes tiveram a oportunidade de compartilhar vivências, esclarecer dúvidas e adquirir mais conhecimento. Com as atividades de movimentação, como a caminhada e a aula de zumba, a ação também visou promover a adoção de hábitos saudáveis, de forma que as mulheres se sentissem motivadas a incorporar a prática de atividades físicas em seu dia a dia, contribuindo para a melhoria de sua saúde mental e física. Ao integrar o movimento coletivo, as participantes também tiveram a oportunidade de fortalecer laços e de sentir que, juntas, poderiam fazer a diferença em sua saúde e na saúde umas das outras. A parceria com a Polícia Militar também teve o intuito de gerar maior segurança e fortalecer a integração comunitária, criando um ambiente onde todas se sentissem à vontade para participar e colaborar. A socialização entre as participantes, o apoio da comunidade e o incentivo ao autocuidado foram fundamentais para que a ação tivesse um impacto positivo na vida das mulheres participantes.

Discussões com a literatura pertinente:

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), a detecção precoce e o tratamento eficaz podem reduzir a mortalidade associada ao câncer de mama em até 50% (WHO, 2020) [3]. Estudos apontam que a oferta de serviços gratuitos de saúde tem um impacto direto na adesão às campanhas preventivas, aumentando a procura por exames essenciais, como mamografias e Papanicolau (Souza et al, 2018) [4]. A elevada incidência do câncer de mama no mundo deflagrou, na década de 1990, um movimento popular denominado Outubro Rosa, que tem como foco a luta contra o câncer de mama e o estímulo à participação da população no combate a essa doença [5]. Desde então, a campanha do Outubro Rosa tem sido amplamente adotada em diversos países, mobilizando instituições públicas, privadas e organizações não governamentais em ações de conscientização. O movimento busca enfatizar a importância da prevenção, do diagnóstico precoce e do acesso a tratamentos, além de oferecer apoio às mulheres que enfrentam a doença. As atividades realizadas durante o mês incluem campanhas educativas, adesão simbólica à cor rosa, palestras, exames preventivos e distribuição de materiais informativos, além da decoração das Unidades Básicas de Saúde como forma de chamar atenção da população e despertar a curiosidade. Essas ações têm como objetivo sensibilizar a sociedade sobre a necessidade de adotar hábitos saudáveis, realizar exames regulares e estar atenta aos sinais e sintomas do câncer de mama. A disseminação dessas informações é fundamental, considerando que, de acordo com o Ministério da Saúde e o INCA, o diagnóstico precoce aumenta significativamente as chances de sucesso no tratamento, salvando milhares de vidas a cada ano. O grande volume de matérias sobre câncer de mama no período analisado mostra a força do Outubro Rosa na sociedade brasileira e o interesse da mídia em relação ao tema, confirmando ser esse um momento de grande mobilização e disseminação de informações sobre a doença. Ações diversas de informação, apoio social e outros serviços são oferecidos às mulheres em geral e às que enfrentam o câncer de mama [6]. A discussão sobre riscos e benefícios das

intervenções é uma das mais importantes premissas em saúde. Toda intervenção populacional deve ter sua segurança e efetividade comprovadas, cumprindo o que se propõe e causando o menor dano possível [6]. A estratégia para lidar com o risco de sobrediagnóstico e tratamento excessivo é adotar a decisão individualizada e compartilhada, considerando os potenciais benefícios e os conhecidos danos [6]. Além disso, é crucial que as campanhas de conscientização promovam uma comunicação clara e acessível sobre o câncer de mama, abrangendo tanto a importância do diagnóstico precoce quanto às possíveis e consideráveis limitações e implicações dos exames de rastreamento. É fundamental considerar todos os aspectos, sendo eles, culturais, sociais e econômicos das mulheres, garantindo que todas tenham acesso às informações e serviços de forma equitativa. O envolvimento de profissionais de saúde capacitados para orientar corretamente e esclarecer todas as dúvidas contribui diretamente para reduzir o medo e a desinformação, fortalecendo a confiança na tomada de decisões e a busca para cuidar da saúde. Na Rede de Atenção à Saúde (RAS), a Atenção Primária à Saúde (APS) é reconhecida como o serviço de primeiro contato para as mulheres com ou sem sintomatologia relacionadas ao câncer de mama. O Ministério da Saúde preconiza as seguintes ações relacionadas ao câncer de mama a serem realizadas pelos profissionais na APS: investigação dos fatores de risco para câncer de mama (dentre eles idade, fatores genéticos e endócrinos); acompanhamento clínico individualizado de mulheres com risco elevado de câncer de mama; promoção de ações educativas para conscientização, de maneira individual ou coletiva, que promovam a mobilização e a participação da comunidade; orientação educativa, sem recomendação de técnica específica, para a descoberta casual de pequenas alterações mamárias [1]. Além dessas ações, a APS desempenha um papel crucial na organização da linha de cuidado para o câncer de mama e câncer de colo do útero, promovendo a integração com os demais níveis de atenção da RAS. Os profissionais da APS são responsáveis por garantir o encaminhamento oportuno para exames de rastreamento, como a mamografia, e para serviços especializados em casos suspeitos ou confirmados, assegurando que as mulheres tenham acesso ao diagnóstico e tratamento de forma ágil e eficiente. A capacitação contínua dos profissionais da APS também é fundamental para que possam identificar precocemente alterações sugestivas, de forma que possam manejar adequadamente os casos identificados e atuar como agentes de promoção da saúde e prevenção da doença. Dessa forma, a APS se consolida como uma peça fundamental no enfrentamento ao câncer de mama, promovendo equidade e resolutividade no cuidado às mulheres de cada comunidade das UBSs.

Considerações finais:

Em suma, a ação de conscientização do Outubro Rosa realizada na Unidade Básica de Saúde Ezequias Venâncio da Fonseca teve um impacto significativo na comunidade, promovendo uma abordagem holística sobre a saúde da mulher. Ao integrar atividades físicas, serviços de saúde gratuitos e ações educativas, o evento não apenas sensibilizou as mulheres sobre a importância do diagnóstico precoce do câncer de mama e de colo do útero, mas também fortaleceu a rede de apoio social, incentivando o autocuidado, a prevenção e a adoção de hábitos saudáveis. Assim, consolida-se a importância de ações como essa na Atenção Primária à Saúde. O envolvimento da comunidade foi essencial para o sucesso da ação, com a colaboração de parceiros como a Polícia Militar e a profissional de educação física, que proporcionaram um ambiente acolhedor e inclusivo. A interação social, a troca de experiências e o apoio emocional criaram um espaço seguro onde as mulheres se sentiram empoderadas para cuidar de sua saúde e buscar os exames preventivos necessários. Além disso, a oferta de serviços gratuitos, como tipagem sanguínea e aferição de sinais vitais, permitiu reduzir barreiras no acesso à saúde, alcançando um público que, muitas vezes, não teria condições de realizar tais exames. Espera-se que os resultados dessa ação se traduzam em um aumento na adesão aos exames preventivos, uma maior conscientização sobre os cuidados com a saúde da mulher e uma participação mais ativa da comunidade nas ações de saúde. A ação do Outubro Rosa foi um passo importante para fortalecer a saúde coletiva e individual das mulheres da comunidade, reforçando a importância da prevenção e do autocuidado.

Palavras-chave: Educação em Saúde, Prevenção Primária, Câncer de mama, Assistência Integral à Saúde da Mulher.

Referências:

- [1] BRASIL. Ministério da Saúde. **Câncer de mama**. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/c/cancer-de-mama#:~:text=C%C3%A2ncer%20de%20mama%20C%C3%A9%20o.novos%20de%20c%C3%A2ncer%20em%20mulheres>. Acesso em: 10 jan. 2025.
- [2] BRASIL. Instituto Nacional de Câncer. **Deteção precoce do câncer de mama**. Disponível em: <https://www.gov.br/inca/pt-br/assuntos/gestor-e-profissional-de-saude/controlado-cancer-de-mama/acoes/deteccao-precoce>. Acesso em: 10 jan. 2025.
- [3] WHO - WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Breast cancer**. 2020. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/breast-cancer>. Acesso em: 17 jan. 2025.
- [4] SOUZA, L. M. et al. Impacto das campanhas de prevenção ao câncer de mama na adesão ao rastreamento. **Revista Brasileira de Cancerologia**. v. 64, n. 2, p. 145-151, 2018. Disponível em: <https://rbc.inca.gov.br/index.php/revista>. Acesso em: 17 jan. 2025.
- [5] GUTIÉRREZ; ALMEIDA. Outubro Rosa. **Acta Paulista de Enfermagem**. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-0194201700065>. Acesso em: 13 jan. 2025.

[6] ASSIS; SANTOS; MIGOWSKI. Detecção precoce do câncer de mama na mídia brasileira no Outubro Rosa. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-73312020300119>. Acesso em: 15 jan. 2025.

Agradecimentos:

À Secretaria de Gestão do Trabalho e da Educação na Saúde - SGTES do Ministério da Saúde pelo fomento de bolsas no Programa de Educação pelo Trabalho para a Saúde (PET-Saúde), bem como, pela parceria e apoio interinstitucional do Centro de Educação e Saúde (UFCG), pela Secretaria Municipal de Saúde de Cuité e a IV Gerência Regional de Saúde (SES/PB) na vigência 2024-2026. Agradecemos também a parceria com a professora de Zumba do município de Cuité-PB, à Polícia Militar do 9º Batalhão pelo apoio e por disponibilizar o espaço para a realização da ação, à equipe de saúde da família da UBSF Ezequias Venancio pela dedicação e auxílio durante a realização da ação e a todas as mulheres que participaram de forma ativa e se fizeram presentes no dia. Sua energia, alegria e disposição foram essenciais para o sucesso do evento. Cada gesto de colaboração e participação reforça a importância da união e do compromisso coletivo em iniciativas como essa.

Ilustrações:



Figura 1 – Momento de Zumba com as mulheres da comunidade da UBSF Ezequias Venâncio, Cuité - PB, Outubro de 2024.



Figura 2 – Momento de roda de conversa coletiva para educação em saúde com as mulheres da comunidade da UBSF Ezequias Venâncio, Cuité-PB, Outubro de 2024.