

---

## AUTO-EXAME DAS MAMAS EM MULHERES JOVENS E A RELAÇÃO COM O AUTOCUIDADO

### SELF-EXAM OF THE BREAST IN YOUNG WOMEN AND THE RELATIONSHIP WITH SELF-CARE

RAIMUNDA MAGALHÃES DA SILVA <sup>1</sup>

DAFNE PAIVA RODRIGUES <sup>2</sup>

ALMERINDA HOLANDA GURGEL <sup>3</sup>

LEILIANE MARTINS FARIAS<sup>4</sup>

SILVA, R.M. et all. Auto-exame das Mamas em Mulheres Jovens e a Relação com o Autocuidado.

---

*O estudo objetiva avaliar o conhecimento e o déficit de autocuidado das estudantes de enfermagem acerca do auto-exame das mamas; identificar o significado das mamas para cada estudante e analisar as vantagens da aplicação de técnicas educativas e sua influência para a formação de agentes multiplicadores. Foi realizado após o desenvolvimento de técnicas participativas aplicadas a 31 estudantes de enfermagem em maio de 1997 e maio de 1998 nas cidades de Quixadá e Camocim no Estado do Ceará. Os resultados evidenciam a grande importância dos seios associados à sexualidade, no contexto da feminilidade, voltado para o exercício da maternidade. A princípio houve resistência ao método, o que nos possibilitou caracterizar de déficit de autocuidado por timidez e por desconhecimento, mas ao final da oficina foi relatado pelos integrantes do grupo mudanças de comportamento no que se refere à aprendizagem das técnicas e a autoconfiança na realização da prática. O método de oficina sobre auto-exame de mama configura-se como importante para a prática da enfermagem, em virtude da inserção de conhecimentos dentro de técnicas, o que estimula a participação do grupo, facilitando a aprendizagem.*

**UNITERMOS:** auto-exame; estudantes de enfermagem; autocuidado

---

*The study objectifies to evaluate the nursing students' knowledge and the self-care deficit concerning the self-exam of breast; to identify the meaning of the breasts for each student and to analyze the advantages of the application of educational techniques and your influence for the formation of agents multipliers. It was accomplished after the development of participated techniques applied to 31 nursing students in May of 1997 and May of 1998 in the cities of Quixadá and Camocim in the State of Ceará. The results evidence the great importance of the breasts associated to the sexuality, in the context of the femininity, gone back to the exercise of the maternity. At first there was resistance to the method, the it made possible to characterize us of self-care deficit for shyness and for ignorance, but at the end of the workshop it was told by the members of the group changes of behavior in what they refers to the learning of the techniques and the self-confidence in the accomplishment of the practice. The shop method on self-exam of breast configured as important for the practice of the nursing, by virtue of the insert of knowledge inside of techniques, what stimulates the participation of the group, facilitating the learning.*

**KEY WORDS:** self-examination; nursing students'; self-care.

---

<sup>1</sup> Prof<sup>ª</sup> Dra. Adjunto do Departamento de Enfermagem da Universidade Federal do Ceará e Coordenadora do Projeto Saúde da Mulher no Cotidiano.

<sup>2</sup> Mestranda em Enfermagem -UFC, vinculada ao Projeto Saúde da Mulher no Cotidiano.

<sup>3</sup> Prof<sup>ª</sup> Mestra do Departamento de Enfermagem da UFC e membro do Projeto Saúde da Mulher no Cotidiano.

<sup>4</sup> Aluna do Curso de Especialização da UFC, bolsista do Projeto Saúde da Mulher no Cotidiano.

## INTRODUÇÃO

O câncer de mama afeta profundamente a mulher nas dimensões biopsicosócioespaciais, pelo fato de ser considerado uma doença que, a médio ou a longo prazo, resulta em mutilação da mama e pode levar a mulher à morte, trazendo à tona uma gama de sentimentos negativos, tais como ansiedade, choque, desespero, depressão e medo.

O diagnóstico de câncer de mama atinge a mulher com duas ameaças reais: o câncer, que pode significar morte, e a mastectomia, que mesmo parcial, redundando em mutilação, e por esse motivo, o câncer de mama é uma das patologias mais temidas pelas mulheres, afetando profunda e significativamente a imagem da mulher. (Cipriano, 1987; Fontes, 1997)

Esse temor se deve ao fato de que os seios são muito significativos para a mulher e são considerados como componentes importantíssimos da beleza feminina, da sua sexualidade e feminilidade, e suporte para a maternidade.

Cassorla (1991) refere que os seios são representações estéticas, eróticas do papel feminino ligado à sedução e são também representações relativas ao papel feminino de maternidade enquanto fonte para o filho(a).

As estatísticas ilustram a alta incidência de câncer de mama na mulher. De acordo com Moraes (1998), no Brasil, esta neoplasia acometerá 32.695 mulheres representando 12,15% dos 269.000 casos de câncer esperados para 1998 e será responsável por 6,6% (7.165 de 107.950) dos óbitos por câncer estimados para este ano.

A partir destes dados, como momento reflexivo, reiteramos o propósito de ressaltar que a descoberta de um tumor mamário pelas mulheres é realizado em um período já avançado do câncer de mama, trazendo à mulher a impossibilidade de controle sobre sua evolução. Para Fernandes (1996), o câncer de mama muitas vezes só é descoberto tardiamente, trazendo consequências funestas para a paciente.

Nos últimos anos, tem-se discutido bastante sobre a necessidade de ensinar o auto-exame da mama, visto que é um dos métodos importantes na detecção precoce do câncer de mama, possibilita à própria mulher se examinar, conhecer as alterações mamárias e detectar precocemente o nódulo mamário.

Quanto a realização do auto-exame de forma sistemática, Fontes (1997) considera que o mesmo reveste-se de magna importância não só pelos objetivos a que se propõe, mas também por se revelar como o mais prático e menos oneroso de todos os métodos.

Para a prática do auto-exame, a mulher precisa de ajuda de um profissional, inclusive da enfermeira, uma vez que, apesar de sua necessidade e relevância, muitas mulheres ainda oferecem resistência ou dificuldade em realizá-lo, podendo deixar de praticá-lo caso não sejam constantemente estimuladas e orientadas.

Consideramos este estudo de notória relevância, pela importância e necessidade da realização sistemática do auto-exame de mamas pelas mulheres, o que está inclusive devidamente fundamentado por Carvalho (1996), quando diz, que a maioria das alterações mamárias são detectadas pela própria paciente. Portanto essa importância aplica-se à prática da detecção precoce de alterações da mama, através do auto-exame a estudantes de enfermagem, de modo a suprimir as dificuldades existentes que oferecem impedimento a essa prática.

O estudo tem por base a teoria do déficit de autocuidado proposto por Orem, visando ensinar a sistematização do auto-exame das mamas aos estudantes, que segundo Foster & Janssens (1993) constitui a essência da teoria geral de enfermagem de Orem, uma vez que determina a necessidade de assistência de enfermagem.

Vale destacar os cinco métodos de ajuda propostos por Orem (1995), que são: a) fazer pelo outro, aplicável a pessoas que não podem se ajudar; b) guiar o outro, que procura auxiliar o cliente a fazer escolhas ou a procurar um curso de ação; c) apoiar o outro, pretende dar uma base de sustentação, um apoio para a consecução de determinados objetivos; d) promover um ambiente desenvolvido, neste caso o ajudante tem o objetivo de auxiliar a promover condições ambientais que favoreçam o alcance dos resultados almejados; e) ensinar o outro, auxiliá-lo a desenvolver conhecimento e habilidades necessárias à sua vida.

Objetivamos, nesse trabalho, avaliar o conhecimento e o déficit de autocuidado das estudantes de enfermagem acerca do auto-exame das mamas; identificar o significado das mamas para cada estudante e analisar as vantagens da aplicação de técnicas educativas e sua influência para a formação de agentes multiplicadores.

## METODOLOGIA

Os dados foram obtidos, a partir de um trabalho participativo com 31 estudantes de enfermagem realizado em maio de 1997 e maio de 1998 nas cidades de Quixadá e Camocim no Estado do Ceará. Para obter a informação da realidade investigada utilizamos uma oficina com 5 técnicas vivenciais. A 1ª técnica, **alô muito prazer**, foi uma técnica de apresentação, objetivando possibilitar um momento de descontração e conhecimento entre os componentes do grupo. A 2ª, **mama minha**, construção de uma mama através da massa de modelar, teve como objetivo incentivar o relato de experiência do grupo, abordando o significado da mama para cada um e expor conhecimentos acerca da anatomofisiopatologia do câncer de mama, fatores de risco e auto-exame da mama. A 3ª técnica, **exercício prático em um busto de silicone**, objetivou colocar em prática o conhecimento adquirido do grupo em relação ao auto-exame da mama. A 4ª, **minha boneca de lata**, com a finalidade



de mobilizar o grupo ao toque das mamas através de uma música. A 5ª, foi composta de dois exercícios de avaliação: **o que eu levo e o que eu deixo, pontos positivos e negativos da oficina**, objetivando avaliar o conhecimento adquirido e o nível de aproveitamento do mesmo pelo grupo. Os dados foram organizados em categorias e analisados numa abordagem qualitativa, fundamentados segundo o conceito de déficit de autocuidado de Orem (1995).

Os aspectos éticos da pesquisa foram contemplados, uma vez que houve o consentimento de todos os sujeitos para a participação no estudo, como também, foi garantido o anonimato de suas falas.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para a análise, os dados foram agrupados de acordo com as convergências dos depoimentos, os quais foram classificados em 5 categorias, consideradas como representantes do mundo das depoentes enquanto espaço e tempo próprios, assim identificados: 1) O significado da mama conforme a vivência; 2) Percepção acerca do auto-exame da mama; 3) Déficit de autocuidado inerente ao auto-exame da mama; 4) Mudanças de comportamento proporcionadas pela oficina e 5) Importância da oficina como recurso de educação para a saúde.

### O significado da mama para os estudantes conforme a vivência

Os seios exercem uma grande importância na vida da mulher pelo fato de serem considerados atributos da beleza feminina, compõem a imagem corporal, fazerem parte da identidade sexual e serem indispensáveis à função da maternidade. De acordo com Fernandes (1997), os seios têm um significado duplo para a mulher, já que são vistos em primeiro lugar como componentes da feminilidade e da sexualidade, e em segundo lugar, são símbolos da amamentação, tarefa exclusiva da mulher.

A vivência da técnica Mama Minha objetivou a construção de uma mama com massa de modelar pelos participantes. Enfocava o intuito de despertar o valor físico, afetivo e comportamental dado aos seios. Ao término da vivência, incentivamos cada uma das participantes a relatar o significado da mama construída. Essas se expressaram:

*Vínculo mãe e filho*

*Órgãos que a mulher tem mais prazer*

*Feminilidade*

*Símbolo e Identidade da mulher*

*Sensualidade e sexualidade feminina*

As falas deixaram perceber que os seios têm uma grande importância para a mulher, pois incluem a beleza, a afetividade, o elemento erótico, o exercício da maternidade e, conforme afirma Fernandes (1997, p.44), representa também *uma imagem corporal onde a mulher percebe a mama como parte do corpo feminino que tem uma característica simbólica para a identidade da mulher*.

Podemos então observar que as mulheres vêem a mama como fundamental para a sua própria auto-percepção. A mulher considera os seios no mais alto grau de importância, algo de que ela não poderia abrir mão sem incorrer num prejuízo, de certa forma, incalculável. Desta forma, deve-se salientar que existe uma necessidade de cuidado pela própria mulher, a fim de minimizar os efeitos do câncer quando presente, através do auto-exame mensal, possibilitando um diagnóstico precoce de câncer de mama.

### Percepção acerca do auto-exame da mama

Uma vez que o auto-exame da mama é um método de extrema importância para a detecção precoce de câncer de mama, possível de ser realizado pela própria mulher, deve ser feito de forma sistemática e mensal, sempre após o período menstrual.

A partir de dados do Brasil (1996, p.3) *cerca de 80% dos tumores de mama são descobertos pela própria mulher, palpando suas mamas incidentalmente. Quando isto ocorre, eles já apresentam um tamanho grande, o que dificulta o tratamento. É válido ressaltar então, que um tumor maligno na mama, em um estágio já avançado, é um acontecimento freqüente entre as mulheres, o que impossibilita o controle da evolução da doença*.

Os exames periódicos da mama realizados com freqüência ajudam a mulher a se familiarizar com a forma, o tamanho, o aspecto da pele e do mamilo, tornando mais fácil à mulher detectar alguma anormalidade, possibilitando um bom prognóstico. (Gomes, 1994).

A realização da técnica **Boneca de lata** mobilizou estudantes de enfermagem a se auto-examinar e examinar o outro. A partir dessa técnica, as seguintes falas revelaram a percepção das estudantes em relação ao auto-exame:

*A gente ao se tocar tem medo de encontrar o nódulo*

*Nós não nos tocamos*

*A gente não está acostumada a se tocar, nem tampouco tocar o outro*

*Eu não senti vergonha, devido nós sermos futuros profissionais de enfermagem e termos a necessidade de repassar e ensinar*

Os propósitos dessa técnica, foi estimular o toque e a palpação; estimular a prática sistemática do auto-exame da mama e quebrar sentimentos de inibição, medo, vergonha existentes em relação a si próprio e em relação ao próximo, o que pode estar pautado em valores culturais, conceitos e preconceitos.



A maior parte das estudantes ofereceu resistência ao método, associado a sentimentos de inibição, receio de encontrar anormalidades e falta de hábito. Acreditamos que esses sentimentos parecem interferir na habilidade dos estudantes em autocuidar-se, caracterizando-se, então, como déficit de autocuidado (Orem, 1995), ocasionado pelo medo e por inibição, cujos sentimentos podem inviabilizar a efetivação do autocuidado.

Analisando essa realidade, nota-se que algumas estudantes referiram a ausência desses sentimentos durante a efetivação da técnica. Todas expressaram a vontade de aprender e repassar essa prática preventiva do câncer de mama para outras pessoas.

### **Déficit de autocuidado inerentes ao auto-exame da mama**

Segundo Orem (1995), déficit de autocuidado constitui a essência da teoria geral de Orem, uma vez que delinea quando há necessidade de enfermagem. A enfermagem passa a ser uma exigência, quando um adulto acha-se incapacitado ou limitado para prover autocuidado contínuo e eficaz. Esta categoria denota os obstáculos que impediram a prática do auto-exame da mama.

A partir da técnica **o que eu levo e o que eu deixo**, a qual, visou estimular as estudantes a expressar verbalmente suas dificuldades antes do desenvolvimento da oficina, foi possível organizar as falas em duas subcategorias de acordo com o déficit de autocuidado segundo Orem (1995), classificadas em déficit de autocuidado por timidez e déficit de autocuidado por desconhecimento.

#### **Déficit de autocuidado por timidez**

As dificuldades inerentes à consecução do auto-exame foram exteriorizadas por sentimentos relacionados a inibição, conforme é ressaltado pelas estudantes nas seguintes colocações:

##### *Timidez*

*Vergonha de se tocar e perceber como mulher*

*Vergonha de fazer a técnica e tocar a outra pessoa*

Observamos, pelas colocações acima citadas, que as estudantes não realizaram a técnica por sentirem vergonha do corpo. Este fato pode estar relacionado a sexualidade feminina comumente reprimida em nossa sociedade, já que os seios configuram, afirmado pelas participantes, como um símbolo sexual e como tal faz parte de uma intimidade, é difícil de ser compartilhada mesmo com profissionais ou com outras mulheres.

#### **Déficit de autocuidado por desconhecimento**

Fontes 1997, refere que o *déficit de conhecimento é caracterizado quando o indivíduo não tem a informação*

*correta ou completa sobre aspectos necessários para manter ou melhorar o seu bem-estar, e pode estar relacionado a falta de experiência prévia.*

Ainda no grupo, foi percebido dificuldades em praticar o auto-exame frente o desconhecimento da técnica correta e de fatores essenciais para a sua realização. Isto pode ser percebido a partir das seguintes falas:

*Pensamento de que nunca vai acontecer comigo.*

*Pensamento de que o homem não tinha a mínima possibilidade de vir a ter o câncer de mama.*

*Ser ignorante a respeito do assunto (auto exame das mamas), porque pensei que sabia muito com a pouca informação que tinha.*

*Desinteresse que tinha pelo assunto.*

A partir das colocações das participantes da oficina, podemos compreender que o déficit de conhecimento relacionado a prevenção do câncer de mama está presente não apenas em uma população leiga, como é pensado por muitos, mas também, em pessoas de certa forma esclarecidas, que têm acesso a informação, e que, teoricamente seriam responsáveis pelo repasse desse conhecimento.

#### **Mudanças de comportamento proporcionadas pela oficina**

Com o desenvolvimento da técnica de avaliação da oficina, **o que eu levo e o que eu deixo**, as participantes tiveram a liberdade de revelar mudanças de comportamento, atribuídas a oficina, suprimindo as dificuldades anteriormente referidas, tais como:

*Importância do problema e vontade de saber mais sobre o assunto.*

*Despreocupação, pois nem todo nódulo pode ser o câncer e devo é procurar assistência.*

*Mais confiança, pois eu não tinha preparo pra isso.*

*Incentivo para a prática do auto-exame, e levá-la aos outros. Aprendizagem do auto-exame.*

Todas as estudantes referiram mudanças de comportamento ocasionadas por meio da oficina, e relacionadas a aprendizagem das técnicas de realização do auto-exame e do conteúdo discutido sobre câncer de mama e fatores de risco, gerando desta forma, maior segurança em si mesma.

#### **Importância da oficina como recurso de educação para a saúde**

Segundo Fialho (1994, p. 13) *a educação em saúde mediante orientação ambulatorial ou campanhas educativas*



Neste período, são as docentes do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Federal do Ceará-UFC que figuram como as que mais produziram. Se retornarmos aos documentos encontramos que, naquela época, neste curso, diferentemente dos outros localizados no Ceará, algumas possuíam grau de mestre e, outras estavam cursando mestrado ou especialização. Vale ressaltar que nos anos de 1979, 1982, 1985 e 1986 o Departamento de Enfermagem já vinha oferecendo cursos de especialização em caráter temporário (Barroso et al, 1992). Assim, mesmo absorvidas pelas atividades de ensino, necessidade premente na época em virtude do número reduzido de docentes, estes já mostravam um despertar para as atividades de pesquisa. É importante referir, ainda, que no Brasil, são os cursos de pós-graduação que têm favorecido a realização de pesquisas na área da enfermagem.

No período de 1985 a 1992 a tendência crescente continua, sendo que no ano de 1990 o percentual de trabalhos apresentados pelas enfermeiras do Ceará (10,69%), no Congresso Brasileiro de Enfermagem realizado em Natal, foi record em todo o período estudado.

Neste mesmo interstício, a produção maior coube novamente às docentes do Departamento de Enfermagem da UFC. Os percentuais mais significativos podem ser atribuídos principalmente à ampliação da política de qualificação de recursos humanos adotada pela instituição, permitindo aos docentes o afastamento para cursos de especialização, mestrado e doutorado em outras cidades do Brasil e exterior e, a garantia de ajuda de custo como passagem e diárias, pelo menos uma vez ao ano, para os que tem trabalho aceito para apresentação em eventos nacionais (UFC, 1976 e 1991).

É preciso considerar que neste período houve uma mudança importante na carreira docente nas Instituições Federais de Ensino Superior (IFES), ficando determinado que a classe de professor assistente poderia ser alcançada por aqueles com grau de mestre e a de professor adjunto pelos que tivessem título de doutor, exigência que não existia anteriormente (UFC, 1991).

Além disso, desempenhou papel importante nesse contexto a criação, no Departamento de Enfermagem da UFC, de cursos de especialização em caráter permanente a partir de 1987. A criação dos programas de bolsas de Iniciação Científica e do PET/CAPES tem sua parcela de contribuição ao desenvolvimento de pesquisas e sua divulgação por parte dos estudantes de graduação que trabalham sob orientação docente.

Vale ainda ressaltar o incentivo financeiro concedido pela IFES, de 12%, 25% e 50% para os que têm respectivamente certificado de especialização, grau de mestre e título de doutor, fato

que certamente está associado ao desenvolvimento de pesquisas pelas docentes de enfermagem da UFC (Brasil, 1991).

De 1993 em diante os percentuais relacionados com a apresentação de trabalhos variam entre 6,59% e 10,43%. Outra vez, as docentes do departamento de enfermagem da UFC lideraram a produção de pesquisas, o que se atribui aos fatores analisados no período anterior.

Os docentes de enfermagem da Universidade Estadual do Ceará- UECE, também, apresentam produção significativa de pesquisas, embora, seu incremento tenha se acentuado no final da década de 80 e início da década de 90. A época coincide com as mudanças introduzidas na instituição que vieram facilitar o afastamento para cursos de especialização, mestrado e doutorado no país e conceder redução de carga horária para os que fazem pós-graduação na própria cidade de domicílio (UECE, 1990). Acrescente-se ainda como elemento motivador para a realização de pesquisas a criação do programa de bolsas de Iniciação Científica em 1988, do PET em 1991 e do PIBIC em 1993, além do incentivo por titulação instituído em 1992 que é de 15%, 25% e 45% para especialização, mestrado e doutorado respectivamente (Ceará, 1992).

Algumas das pesquisas desenvolvidas que aparecem na tabela I são dos docentes de enfermagem da Universidade de Fortaleza-UNIFOR. No entanto, a coleta de dados mostrou uma produção reduzida e recente, quando comparada às demais universidades cearenses. Acredita-se que esta realidade se deva à própria instituição que só passou a regular o incentivo à qualificação de docentes em cursos de pós-graduação *lato sensu* e *stricto sensu*, no ano de 1996 (Fundação Edson Queiroz, 1996). Aparece também, como agravante, a criação do programa de bolsas do PIBIC que só veio acontecer neste mesmo ano.

No entanto, a produção de pesquisas não se restringe somente às docentes. É animador constatar que, embora recentemente, as enfermeiras assistenciais passaram a fazer parte do contingente interessado na pesquisa. Analisando-se o contexto no qual o fato se deu vê-se que, somente a partir dos anos 90, instituições como o Hospital Geral de Fortaleza-HGF passaram a conceder afastamento das atividades às enfermeiras interessadas em cursar pós-graduação. É preciso destacar que, neste período, o afastamento dos servidores desta instituição passou a ser regulamentado pelo Estado (Ceará, 1987), além de oferecer incentivos da ordem de 50%, 90% e 100% para especialização, mestrado e doutorado respectivamente (Ceará, 1994). Acredita-se que se houvesse incentivos financeiros pela publicação de pesquisas e apresentação de trabalhos em eventos específicos, a produção de pesquisas poderia ser maior.

Nas instituições municipais como o Instituto Doutor José Frota-IJF, a produção de pesquisas pelas enfermeiras intensifi-