

## **Resiliência e Bem-Estar: Como a Saúde Emocional Influencia a Qualidade de Vida Pós-Diagnóstico do Câncer de Mama**

Iandra D. Dantas (IFPB, Campus Catolé do Rocha), Jhonatan S. Santos (IFPB, Campus Catolé do Rocha), Mariane S. Vieira (IFPB, Campus Catolé do Rocha) e Sabrina F. Sousa (IFPB, Campus Catolé do Rocha).

**E-mails:** [iandra.diniz@academico.ifpb.edu.br](mailto:iandra.diniz@academico.ifpb.edu.br), [jhonatan.saraiva@ifpb.edu.br](mailto:jhonatan.saraiva@ifpb.edu.br), [mariane.santos@academico.ifpb.edu.br](mailto:mariane.santos@academico.ifpb.edu.br) e [sabrina.fernandes@academico.ifpb.edu.br](mailto:sabrina.fernandes@academico.ifpb.edu.br).

**Área de conhecimento (Tabela CNPq):** 7.07.02.04-7 Estados Subjetivos e Emoção

**Estados Subjetivos e Emoção:** oncologia; psicologia; transtornos; revisão bibliográfica.

### **1. Introdução**

O câncer de mama é disparado uma das doenças que mais afeta mulheres, além de ser o segundo tipo oncológico em todo o planeta e a principal espécie de câncer no Brasil que mais atinge indivíduos do sexo feminino, possuindo uma incidência de mais de 2 milhões de diagnósticos por ano no mundo inteiro (GOMES, 2021). Já na nação brasileira, foram registrados cerca de 65 mil casos no século XXI, até o ano de 2022 (INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER, 2022). O fato dessa patologia ter maior ocorrência em mulheres do que em homens está provavelmente relacionado a fatores reprodutivos da mulher (como ter a primeira menstruação precocemente, menopausa tardia, qualidade dos anticoncepcionais ingeridos), socioeconômicos e culturais (como a dificuldade para ter acesso a saúde, obter informações, renda disponível para investir em exames ou tratamentos) e idade, visto que acontece uma maior incidência em mulheres acima dos 40 anos (FERRARY, 2021).

O diagnóstico do câncer de mama, na maioria das vezes é feito pela realização de um exame de mamografia, o qual inclusive é recomendado de ser feito a cada 2 anos por mulheres que possuem idade acima de 50 e abaixo de 70 anos (MIGOWSKI et al, 2018). Caso essa recomendação seja seguida é muito mais fácil de localizar a doença de forma precoce, auxiliando no tratamento e melhorando o prognóstico de sobrevida da paciente.

Ademais, é também de suma importância tratar a respeito da relação entre a saúde emocional e a recuperação oncológica da paciente com câncer de mama, uma vez que esta pode desenvolver transtornos psicossociais, como depressão, ansiedade, síndrome do pânico, em decorrência da pressão psicológica sofrida após o diagnóstico patológico (com diversas dúvidas em sua mente, medo do processo, temor da morte), durante o tratamento (com a queda de cabelos, perda da força física) ou após a cirurgia de remoção das mamas (pode deixar de sentir-se como mulher por perder traços físicos, julgamentos exteriores), entre diversas outras emoções e pensamentos que podem surgir durante todo o processo. A saúde emocional e o acompanhamento psicológico desempenham um papel fundamental no processo de recuperação de mulheres que enfrentam o câncer de mama, dado o impacto que a doença pode ter em diversas áreas da vida (CAMARGO et al.,2010). O período diagnóstico, e mesmo a etapa pré-diagnóstica, geralmente, são percebidas e vivenciadas como um momento de intensas mudanças, perdas e adaptações e em que a morte, até então não lembrada, passa a aterrorizar como uma possibilidade real e o apoio psicológico ajuda a paciente a processar essas alterações e a desenvolver estratégias eficazes para lidar com o impacto psicológico da doença (CAMARGO et al.,2010).

Por fim, o acompanhamento psicológico também pode ser decisivo no processo de tomada de decisões, como a escolha do tratamento, questões sobre fertilidade ou a possibilidade de reconstrução mamária. O psicólogo auxilia a mulher a refletir sobre suas opções de forma equilibrada. Assim, a saúde emocional e o acompanhamento psicológico não só ajudam as mulheres a enfrentar os desafios do câncer de mama, mas também contribuem para sua recuperação global, oferecendo suporte para lidar com as dificuldades físicas, emocionais e sociais ao longo de todo o processo e após.

Dessa forma, esta pesquisa tem como objetivo geral, por meio de um estudo bibliográfico, investigar os impactos do câncer de mama na vida de muitas mulheres e observar como o suporte profissional e tratamento psicológico após o seu diagnóstico podem minimizar esses impactos e auxiliar na recuperação de pacientes que superaram essa doença.

## **2. Materiais e métodos**

Foi realizada uma revisão bibliográfica, ou seja, uma análise crítica de publicações sobre um tema específico, garantindo um maior conhecimento sobre o assunto. Essa pesquisa foi realizada de maneira minuciosa e detalhada sobre o tema abordado. Foi definido para a pesquisa a busca por artigos dos últimos dez anos (de 2015 a 2025), porém, não existiam estudos recentes, sendo essa uma problemática, visto que um assunto muito importante não foi abordado recentemente, portanto, foram realizadas buscas utilizando publicações feitas a partir do ano 2000 até os mais atuais, com temas que abordam o câncer de mama, o tratamento da doença, transtornos mentais desenvolvidos a partir da descoberta e a vivência das pacientes com toda a situação. A análise dos dados coletados foi feita através da interpretação dos artigos encontrados no Google Acadêmico com pesquisas minuciosas, buscando datas recentes e temas próximos ao tratado neste trabalho, focando sempre na doença, nas consequências trazidas por ela e na influência do acompanhamento psicológico durante e após o tratamento.

## **3. Resultados e discussão**

De modo geral, as pesquisas realizadas auxiliaram no conhecimento breve da doença, destacando seus principais fatores de risco, além de levar em consideração, principalmente, os impactos mentais e físicos que um câncer de mama pode proporcionar. A descoberta de um câncer de mama na vida de um indivíduo, como revelam os estudos, pode prejudicar o seu estado emocional - com o aparecimento de enfermidades emocionais, tais como a ansiedade, depressão, problemas de autoestima, entre outras -, que, conseqüentemente, pode piorar o seu quadro clínico. Sendo assim, a partir dos artigos analisados, percebe-se a importância da atuação de um agente profissional nessas situações, que visem tratar da saúde mental desses pacientes, como um psicólogo, por exemplo. Os estudos revelam ainda as diferenças positivas que a atuação de um psicólogo pode proporcionar durante o tratamento da doença, tais como: melhora na qualidade de vida e sobrevida, melhora do estado geral da saúde, melhor relação entre pais e amigos, dentre outros fatores.

Portanto, nota-se que com o acompanhamento psicológico e suporte emocional adequado durante o tratamento da doença, juntamente com a presença de programas e grupos de apoio, o pós-diagnóstico de um câncer de mama pode se tornar mais leve e trazer grandes diferenças no quadro clínico de uma paciente, assim como aborda a maioria das pesquisas realizadas neste trabalho.

Não houve dificuldades em encontrar estudos voltados para o câncer de mama e para os transtornos psicológicos, como também para os impactos psicossociais da doença. Porém, observou-se que a grande maioria eram muito antigos, visto que a ideia inicial da pesquisa era utilizar revisões escritas nos últimos 10 anos, ou seja, a partir do ano de 2015, mas não foi possível proceder com tal expectativa, uma vez que pouquíssimos foram feitos na atualidade, a maior parte foi publicada entre os anos de 1990 e 2010.

Dessa forma, apresentou-se limitações na apresentação de metodologias e resultados, pois as entrevistas e questionários encontrados estão desatualizados. E, portanto, é primordial a escrita de pesquisas semelhantes, com a coleta de dados em ambulatorios, hospitais, clínicas ou postos de saúde; e a aplicação de entrevistas ou questionários, para atualizar os bancos de dados relacionados à psico-oncologia.

## **4. Considerações finais**

Portanto, conclui-se que é de suma importância implantar um acompanhamento psicológico durante o tratamento do câncer de mama para amenizar efeitos psíquicos negativos nas pacientes, tais como ansiedade, depressão, síndrome do pânico, entre outros. Além de auxiliar o indivíduo a manter seus cuidados e a não desistir do procedimento por medo ou falta de esperança. Outrossim, os objetivos de aprendizado e entendimento da doença, seus meios de tratamento, transtornos que podem ser acarretados foram cumpridos com muito êxito.

## 5. Agradecimentos

Agradecemos a Deus por sua infinita providência divina em nos unir para a dissertação deste trabalho, além de todos os aprendizados que colecionamos ao longo de sua escrita. E ao nosso professor orientador Jhonatan Saraiva por seu apoio, dedicação e auxílio durante o processo de construção deste Trabalho de Conclusão de Curso.

## 6. Referências

CAMARGO, Valéri Pereira; DALMOLIN, Anaíse ; BITTENCOURT, Ana Luiza Portela ; QUINTANA, Alberto Manuel. Acompanhamento Psicológico a pacientes com Câncer de Mama e Útero em Hospital Universitário. **CATAVENTOS-Revista de Extensão da Universidade de Cruz Alta**, v. 2, n. 1, 2010. Disponível em:

[https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/104376416/277-libre.pdf?1689775813=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DAcompanhamento\\_Psicologico\\_a\\_Pacientes\\_C.pdf&Expires=1749502448&Signature=KzsNhEmd4OufboTNLwOPYiXMqM89bayO82~wTgg3x6AT2utfQVdQKVTCNiuUuFzG-piHH4WSACfQLFmjYwpN3siXWXvvMFvSr5piYSpia8uXbUUdqyLnF5hoWu3YOgrecpse~Uog7jqrWG-PyBq8DXKv2C27L153Jm~f7qfodK7Ew9PyI1f4whHR6ou5JZpDRfLE3mFHqCI5R5R3PMgtHkHWDa8wTvvphr~uqU7mSC0OmFbWTyf4OJncAK-5g902VrG33s6WQHMY6O5nV5YrURCR2Mv9dMS7qOZaZ1vFcSRznwKjn2wPDEIoDCI6GE8vNg2SaeNHwQvtqV6VMTbbVO\\_\\_&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA](https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/104376416/277-libre.pdf?1689775813=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DAcompanhamento_Psicologico_a_Pacientes_C.pdf&Expires=1749502448&Signature=KzsNhEmd4OufboTNLwOPYiXMqM89bayO82~wTgg3x6AT2utfQVdQKVTCNiuUuFzG-piHH4WSACfQLFmjYwpN3siXWXvvMFvSr5piYSpia8uXbUUdqyLnF5hoWu3YOgrecpse~Uog7jqrWG-PyBq8DXKv2C27L153Jm~f7qfodK7Ew9PyI1f4whHR6ou5JZpDRfLE3mFHqCI5R5R3PMgtHkHWDa8wTvvphr~uqU7mSC0OmFbWTyf4OJncAK-5g902VrG33s6WQHMY6O5nV5YrURCR2Mv9dMS7qOZaZ1vFcSRznwKjn2wPDEIoDCI6GE8vNg2SaeNHwQvtqV6VMTbbVO__&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA)

SARTORI, Ana Clara N.; BASSO, Caroline S. Câncer de mama: uma breve revisão de literatura<sup>1</sup>. **Perspectiva, Erechim**, v. 43, p. 161, 2019. Disponível em: [https://www.uricer.edu.br/site/pdfs/perspectiva/161\\_742.pdf](https://www.uricer.edu.br/site/pdfs/perspectiva/161_742.pdf)

BRAVO, B. S.; LOPES, A. B. B.; TIJOLIN, M. B.; NUNES, P. L. P.; LENHANI, T.; JUNIOR, S. F. D.; CERANTO, D. de C. F. B. Câncer de mama: uma revisão de literatura/ Breast cancer: a literature review. *Brazilian Journal of Health Review*, [S. l.], v. 4, n. 3, p. 14254–14264, 2021. DOI: 10.34119/bjhrv4n3-357.

Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/32101>