

## DESPERTAR DA CONSCIÊNCIA: EDUCAÇÃO E AUTOCUIDADO NO COMBATE AO CÂNCER DE MAMA

Ellen Nara Alves Cavalcante<sup>1</sup>

Vitória Karine Pereira<sup>2</sup>

Antonio James Marques Loiola<sup>3</sup>

Dilene Fontinele Catunda Melo<sup>4</sup>

**Introdução:** O câncer de mama é o tipo mais comum entre as mulheres no mundo, representando uma das principais causas de morte feminina. De acordo com o Instituto Nacional do Câncer (Inca, 2024) há previsão de cerca de 74 mil casos novos por ano no país entre os anos de 2023 ao final de 2025. Nesse contexto, o Outubro Rosa surge como uma campanha mundial de mobilização social e educativa, voltada para a conscientização sobre o câncer de mama.

**Objetivo:** Relatar a experiência de uma ação educativa em alusão ao câncer de mama, direcionado aos estudantes do ensino médio, enfatizando a importância do autocuidado e promoção à saúde da mulher. **Metodologia:** Trata-se de um estudo descritivo do tipo relato de experiência, ocorrido no dia 13 de outubro, durante o período do Outubro Rosa no ano de 2025. A Liga Acadêmica de Semiologia e Semiotécnica (LASS) da Faculdade Princesa do Oeste realizou uma ação educativa na Escola de Ensino Médio Lourenço Filho, com a turma do 3º ano do ensino médio, localizada em Crateús-Ceará. A ação teve como objetivo promover a educação em saúde sobre o autocuidado das mulheres. Para isso, os membros da LASS elaboraram um material digital interativo, que incluiu infográficos e vídeos explicativos, facilitando a discussão sobre a temática “A importância do Outubro Rosa”. O material abordou a conscientização sobre a prevenção e o diagnóstico precoce do câncer de mama e do câncer de colo de útero. Além da apresentação do material, foi realizada uma dinâmica com balões, onde cada participante escreveu uma mensagem de apoio e incentivo, simbolizando a união e a solidariedade entre as mulheres. As mensagens foram

Graduando (a) em Enfermagem na Faculdade Princesa do Oeste. E-mail: [ellen.nara@alu.fpo.edu.br](mailto:ellen.nara@alu.fpo.edu.br)

Graduando (a) em Enfermagem na Faculdade Princesa do Oeste. E-mail: [vitoria.pereira@alu.fpo.edu.br](mailto:vitoria.pereira@alu.fpo.edu.br)

Graduando (a) em Enfermagem na Faculdade Princesa do Oeste. E-mail: [antonio.james@alu.fpo.edu.br](mailto:antonio.james@alu.fpo.edu.br)

Enfermeira. Mestra. Docente da Faculdade Princesa do Oeste. E-mail: [dilene.fontinele@fpo.edu.br](mailto:dilene.fontinele@fpo.edu.br)

posteriormente expostas em um mural, criando um espaço de reflexão e diálogo sobre a importância do autocuidado e do apoio mútuo. A ação também incluiu um espaço para perguntas e respostas, onde os alunos puderam esclarecer dúvidas sobre os temas abordados, promovendo um ambiente de aprendizado ativo. Ao final, foram distribuídos folhetos informativos com orientações sobre a saúde da mulher e a importância de realizar exames preventivos. **Resultados e Discussão:** O público-alvo demonstrou um engajamento significativo no processo de educação em saúde. A ação despertou diversas curiosidades sobre a prevalência do câncer e a adesão ao tratamento, evidenciando a necessidade de informações claras e acessíveis sobre o tema. Durante a palestra, foram detalhadas as técnicas de autoexame das mamas. Essa abordagem prática facilitou a compreensão dos alunos e incentivou a adoção do autoexame como parte de sua rotina de autocuidado. Vários alunos compartilharam relatos pessoais sobre antecedentes familiares de câncer, incluindo casos diagnosticados em estágios avançados, como o estágio IV, com metástase. Esses depoimentos reforçaram a urgência e a importância das medidas preventivas, evidenciando que a conscientização pode impactar diretamente a saúde e a qualidade de vida das pessoas. Além disso, discutiu-se a relevância da vacinação contra o HPV, recomendada para meninos e meninas de 9 a 14 anos, que é disponibilizada pelo Sistema Único de Saúde. Essa vacina é crucial para a prevenção do câncer de colo de útero. **Considerações Finais:** Os resultados demonstram que ações educativas como essa são fundamentais para capacitar os jovens a adotarem comportamentos saudáveis e preventivos, além de fomentar um ambiente de apoio e solidariedade entre os estudantes. A experiência reforça que a educação em saúde deve ser contínua e integrada ao currículo escolar.

**Palavras-chave:** Câncer de Mama, Diagnóstico Precoce, Saúde da Mulher.

Graduando (a) em Enfermagem na Faculdade Princesa do Oeste. E-mail: [ellen.nara@alu.fpo.edu.br](mailto:ellen.nara@alu.fpo.edu.br)

Graduando (a) em Enfermagem na Faculdade Princesa do Oeste. E-mail: [vitoria.pereira@alu.fpo.edu.br](mailto:vitoria.pereira@alu.fpo.edu.br)

Graduando (a) em Enfermagem na Faculdade Princesa do Oeste. E-mail: [antonio.james@alu.fpo.edu.br](mailto:antonio.james@alu.fpo.edu.br)

Enfermeira. Mestra. Docente da Faculdade Princesa do Oeste. E-mail: [dilene.fontinele@fpo.edu.br](mailto:dilene.fontinele@fpo.edu.br)

**Referências:**

Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva (INCA). Estimativa 2023: incidência de câncer no Brasil. Rio de Janeiro: INCA, 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/inca/pt-br/assuntos/cancer/numeros/estimativa>. Acesso em: 24 out. 2025.

Graduando (a) em Enfermagem na Faculdade Princesa do Oeste. E-mail: [ellen.nara@alu.fpo.edu.br](mailto:ellen.nara@alu.fpo.edu.br)

Graduando (a) em Enfermagem na Faculdade Princesa do Oeste. E-mail: [vitoria.pereira@alu.fpo.edu.br](mailto:vitoria.pereira@alu.fpo.edu.br)

Graduando (a) em Enfermagem na Faculdade Princesa do Oeste. E-mail: [antonio.james@alu.fpo.edu.br](mailto:antonio.james@alu.fpo.edu.br)

Enfermeira. Mestra. Docente da Faculdade Princesa do Oeste. E-mail: [dilene.fontinele@fpo.edu.br](mailto:dilene.fontinele@fpo.edu.br)