



**XXIV SEMANA DE EXTENSÃO E XXIX JORNADA
CIENTÍFICA UNIVERSO GOIÂNIA – SEMEX HÍBRIDA**

**“Empreendedorismo com
Responsabilidade Socioambiental”**

De 28 a 31 de Outubro de 2025

OUTUBRO ROSA NO CRESM: Promovendo o Autocuidado e a Conscientização sobre o Câncer de Mama

Amanda Thaillyne Pires e Silva¹

Danillo Montel Oliveira Vinhal²

Pedro Henrique de Sousa Oliveira³

Jessica Barros Abdon⁴

RESUMO

O presente relato de experiência descreve a ação alusiva ao Outubro Rosa realizada pelo Complexo de Referência Estadual em Saúde Mental Prof. Jamil Issy (CRESM), em parceria com alunos do curso de Psicologia da Faculdade Universo. A atividade teve como objetivo conscientizar e empoderar mulheres sobre a importância do diagnóstico precoce e do autocuidado na prevenção do câncer de mama. A metodologia envolveu um encontro educativo com momentos de sensibilização e troca de experiências, no qual foram abordados temas como a história da campanha Outubro Rosa, estatísticas sobre o câncer de mama, fatores de risco, possibilidades de tratamento e a relevância do autoexame. Durante a vivência, reforçou-se a importância do conhecimento corporal como ferramenta essencial para a detecção precoce de alterações. Além das discussões teóricas, foi ofertado um momento de cuidado e relaxamento, por meio de uma massagem de reflexão feminina, que possibilitou às participantes vivenciarem um espaço de acolhimento e valorização da saúde física e emocional. Observou-se que a ação despertou reflexões sobre o autocuidado e fortaleceu o vínculo entre os participantes, promovendo uma experiência significativa de empatia e solidariedade. Conclui-se que atividades como esta contribuem para a promoção da saúde integral da mulher, desmistificando o câncer de mama e estimulando atitudes preventivas. O projeto reafirma o papel da Psicologia e das instituições de saúde na construção de práticas educativas humanizadas, que integram informação, cuidado e apoio emocional, fortalecendo a luta coletiva contra o câncer de mama.

Palavras chave: Outubro Rosa; câncer de mama; autocuidado; diagnóstico.

¹ Discente do Curso Psicologia de pelo Centro Universitário Universo Goiânia.

² Discente do Curso Psicologia de pelo Centro Universitário Universo Goiânia.

³ Discente do Curso Psicologia de pelo Centro Universitário Universo Goiânia.

⁴ Discente do Curso Psicologia de pelo Centro Universitário Universo Goiânia.