

ENTRE O CUIDAR E O ESCUTAR: experiências educativas do outubro rosa em um centro de oncologia dos sertões de Crateús.

BETWEEN CARING AND LISTENING: Educational Experiences of Pink October in an Oncology Center in the Sertões of Crateús.

Ana Aline Ponte de Araújo¹

Gisely Costa Soares²

Jessica Pereira Gomes³

Francisca Juliana Alves da Silva⁴

Francisco Arlysson Verissimo⁵

Resumo: A ação educativa realizada no Centro Regional Integrado de Oncologia (CRIO) – Polo Crateús, em parceria com o Centro de Atenção Integral ao Câncer (CAIC), envolveu pacientes oncológicos, acompanhantes e estudantes de Enfermagem para promover escuta sensível, diálogo e troca de experiências sobre prevenção e autocuidado no câncer de mama. Inserida na campanha Outubro Rosa, a iniciativa utilizou estratégias lúdicas e participativas para ampliar o conhecimento, fortalecer vínculos e valorizar o cuidado humanizado. O foco foi o diagnóstico precoce e a promoção da saúde integral da mulher, evidenciando o poder das ações educativas no empoderamento e sensibilização para o enfrentamento da doença.

Palavra-Chaves: Autocuidado. Câncer de Mama. Prevenção.

Abstract:

The educational activity carried out at the Regional Integrated Oncology Center (CRIO) – Crateús Hub, in partnership with the Cancer Comprehensive Care Center (CAIC), involved oncology patients, companions, and Nursing students to promote sensitive listening, dialogue, and exchange of experiences on prevention and self-care in breast cancer. Embedded in the Pink October campaign, the initiative used playful and participatory strategies to broaden knowledge, strengthen emotional bonds, and emphasize humanized care. The focus was early diagnosis and the promotion of women's comprehensive health, highlighting the power of educational activities in empowerment and awareness-raising for disease management.

Keywords: Breast Cancer. Prevention. Self-care.

INTRODUÇÃO

O câncer de mama é um dos tipos de câncer mais prevalentes entre as mulheres no mundo e figura entre as principais causas de mortalidade feminina no Brasil. O câncer de mama constitui um dos tipos de neoplasias malignas mais prevalentes entre as mulheres em todo o mundo, figurando entre as principais causas de mortalidade feminina no Brasil. De acordo com dados do Instituto Nacional de Câncer (INCA, 2023), estima-se que mais de 70 mil novos casos da doença sejam diagnosticados anualmente no país. O diagnóstico precoce permanece como um dos principais aliados na redução da mortalidade por essa neoplasia, o que evidencia a relevância de ações educativas e preventivas voltadas à conscientização da população acerca dos fatores de risco, sinais e sintomas, exames de rastreamento e práticas de autocuidado.

Apesar dos avanços da medicina e da existência de políticas públicas direcionadas à prevenção e ao tratamento do câncer de mama, as desigualdades regionais ainda representam um desafio expressivo no contexto brasileiro. Nas regiões Norte e Nordeste, em especial, observam-se índices mais elevados de diagnóstico tardio, o que se reflete em maiores taxas de mortalidade. O acesso limitado a serviços especializados e a informações qualificadas torna imprescindível a implementação de estratégias descentralizadas que promovam o conhecimento e estimulem a busca ativa pelos serviços de saúde.

O Centro de Atenção Integral ao Câncer (CAIC), em parceria com o Centro Regional Integrado de Oncologia (CRIO), este com sede na cidade de Fortaleza, configura-se como referência em oncologia no estado do Ceará e em toda a região Nordeste. Trata-se de uma instituição filantrópica que oferece atendimento integral e humanizado a pacientes em tratamento oncológico, dispondo de estrutura voltada ao diagnóstico, quimioterapia, radioterapia, cirurgia oncológica, cuidados paliativos, acompanhamento psicológico e suporte social. Com o objetivo de ampliar o acesso aos serviços especializados, em parceria com o CRIO, tem interiorizado o tratamento oncológico no interior do estado, entre eles a Crateús, o CAIC criado para descentralizar o atendimento e facilitar o acesso da população do sertão cearense ao cuidado oncológico especializado.

A ação educativa descrita neste relato de experiência foi desenvolvida no Polo de Crateús do CAIC/CRIO e consistiu na realização de uma palestra informativa sobre o câncer de mama, seguida de uma roda de conversa interativa

com pacientes em tratamento e seus acompanhantes. A atividade teve como propósito disseminar informações sobre a doença, esclarecer dúvidas relacionadas aos fatores de risco, sinais e sintomas, reforçar a importância do diagnóstico precoce e, sobretudo, promover a valorização do autocuidado e da saúde da mulher.

A roda de conversa proporcionou um espaço de escuta ativa, acolhimento e troca de experiências entre os participantes, possibilitando que pacientes e familiares compartilhassem medos, desafios, sentimentos e histórias de superação. Essa abordagem, centrada no cuidado humanizado, fortalece o vínculo entre profissionais de saúde e usuários, contribui para a redução da ansiedade e favorece a adesão ao tratamento. Ao integrar informação técnica e acolhimento emocional, a ação reforçou o papel da educação em saúde como instrumento essencial no enfrentamento do câncer de mama.

Embora a atividade tenha sido desenvolvida no Polo de Crateús, é relevante destacar que essa iniciativa insere-se em uma estrutura mais ampla, coordenada pelo CAIC/CRIO, cuja sede em Fortaleza é responsável por articular, apoiar e expandir as práticas de educação em saúde e atenção oncológica em todo o estado. A implantação de polos descentralizados, como o de Crateús, demonstra o compromisso institucional com a democratização do acesso à saúde e com a regionalização da atenção oncológica, especialmente para populações situadas fora dos grandes centros urbanos.

Dessa forma, este relato de experiência tem como objetivo apresentar, de maneira reflexiva, a importância das ações educativas no contexto oncológico, evidenciando o impacto positivo da informação e do acolhimento no cotidiano das pacientes com câncer de mama e de seus familiares. Além disso, ressalta o papel estratégico das unidades descentralizadas do CAIC/CRIO, como o Polo de Crateús, no fortalecimento do cuidado integral, humanizado e regionalizado no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS).

METODOLOGIA

O presente estudo configura-se como um relato de experiência de abordagem descritiva e qualitativa, desenvolvido a partir da realização de uma oficina lúdica voltada à promoção da prevenção do câncer de mama.

Segundo Minayo (2012), a pesquisa qualitativa busca compreender os fenômenos sociais a partir da perspectiva dos sujeitos envolvidos, valorizando

significados, percepções e práticas. Nessa perspectiva, o relato de experiência constitui um tipo de estudo descritivo que tem como finalidade compartilhar vivências profissionais ou acadêmicas, permitindo refletir criticamente sobre o processo e seus resultados (Cavalcante; Lima, 2020).

Assim, optou-se por essa metodologia por possibilitar a análise reflexiva de uma intervenção educativa realizada no contexto da atenção oncológica.

A atividade ocorreu no mês de outubro, nas dependências da sala de espera do Polo de Crateús do CAIC, em parceria com o CRIO, e contou com a participação de sete estudantes da Faculdade Princesa do Oeste (FPO).

A oficina foi planejada e conduzida pelos discentes, integrando as ações do Projeto Outubro Rosa, com o propósito de sensibilizar o público sobre a importância da detecção precoce e do autocuidado em relação ao câncer de mama. As atividades propostas adotaram estratégias lúdicas e participativas, destacando-se o uso de uma “caixa de perguntas”, recurso que possibilitou a troca de saberes e experiências entre os estudantes, pacientes e acompanhantes presentes no local.

Os registros da atividade foram obtidos por meio de observações diretas e relatos espontâneos dos participantes, com o objetivo de captar percepções, sentimentos e aprendizagens emergentes durante a oficina. A análise dos dados seguiu uma abordagem descritiva e reflexiva, permitindo identificar os principais resultados, desafios e contribuições da experiência, tanto para o público envolvido quanto para o processo formativo dos facilitadores.

REFERENCIAL TEÓRICO

O câncer de mama é uma das doenças de maior incidência entre as mulheres em todo o mundo, configurando-se como um grave problema de saúde pública e social. De acordo com o Ministério da Saúde (BRASIL, 2023), trata-se da principal neoplasia maligna feminina no Brasil e uma das principais causas de mortalidade por câncer no país. A detecção precoce e o tratamento adequado são determinantes para o aumento das chances de cura e para a melhoria da qualidade de vida das pacientes. Nesse contexto, o autocuidado e as campanhas de conscientização em saúde, como o Outubro Rosa, desempenham papel estratégico na prevenção, diagnóstico precoce e enfrentamento da doença.

O conceito de autocuidado ocupa posição central na teoria de enfermagem e na promoção da saúde. Segundo Dorothea Orem (1991), trata-se da prática de atividades que o indivíduo realiza em benefício próprio, com o propósito

de manter a vida, a saúde e o bem-estar. Quando o indivíduo não é capaz de atender a essas demandas, ocorre o chamado déficit de autocuidado, situação que exige a intervenção profissional de enfermagem. Assim, o autocuidado representa tanto um comportamento de saúde quanto uma filosofia de empoderamento individual, pois estimula o sujeito a assumir responsabilidade ativa pelo próprio corpo e pelas suas escolhas de vida.

A literatura recente tem reafirmado a relevância do autocuidado em diferentes contextos de adoecimento, especialmente nas doenças crônicas e oncológicas. Ahmadzadeh et al. (2021) ressaltam que o fortalecimento das práticas de autocuidado está diretamente relacionado à adesão ao tratamento e à melhoria dos indicadores de saúde. No câncer de mama, o autocuidado envolve múltiplas dimensões: física, psicológica, social e espiritual. Inclui desde a adoção de hábitos de vida saudáveis — como alimentação balanceada, prática de atividade física e controle do peso — até o manejo de sintomas e efeitos adversos do tratamento. Cunha et al. (2019) identificaram que mulheres em quimioterapia desenvolvem estratégias não farmacológicas de autocuidado, como o repouso, o uso de terapias complementares, a espiritualidade e o apoio familiar, destacando a importância do protagonismo da mulher no enfrentamento da doença.

A educação em saúde é um pilar fundamental para o desenvolvimento do autocuidado. Ertekin e Akin Eroglu (2024), por sua vez, verificaram que treinamentos baseados na teoria de Orem melhoram o autocuidado de pacientes em tratamento quimioterápico, promovendo maior autonomia e melhor adaptação às mudanças impostas pela doença. Esses resultados evidenciam que o autocuidado não se limita a práticas individuais, mas está intimamente relacionado ao contexto educativo e social, no qual a informação qualificada atua como instrumento de transformação.

Em paralelo, o movimento Outubro Rosa se consolidou nas últimas décadas como uma das principais estratégias de mobilização social voltadas à prevenção e ao controle do câncer de mama. Originado nos Estados Unidos, na década de 1990, o movimento foi introduzido no Brasil em meados dos anos 2000 e, desde então, tem promovido campanhas nacionais de conscientização sobre a importância do diagnóstico precoce, do acesso à mamografia e da adoção de hábitos saudáveis (Gutiérrez, 2017). O laço cor-de-rosa tornou-se símbolo mundial

da luta contra o câncer de mama, representando solidariedade, empatia e cuidado coletivo.

O Outubro Rosa busca estimular o autocuidado feminino, incentivando as mulheres a observarem seu corpo, reconhecerem sinais suspeitos e procurarem assistência médica de forma oportuna. O Ministério da Saúde (BRASIL, 2023) reforça que a campanha também tem como foco a promoção de estilos de vida saudáveis, a educação sobre fatores de risco e a ampliação do acesso à mamografia — exame essencial para a detecção precoce da doença. Segundo Saúde Américas (2024), fatores de risco modificáveis, como o consumo de álcool, a obesidade e o sedentarismo, têm grande impacto na incidência do câncer de mama, o que reforça a necessidade de políticas contínuas de incentivo ao autocuidado e à prevenção.

Além de seu caráter informativo, o Outubro Rosa possui relevante dimensão simbólica e social. Morales-Sánchez et al. (2021) apontam que o diagnóstico e o tratamento do câncer de mama podem afetar profundamente a autoestima e a imagem corporal das mulheres, gerando sofrimento emocional e alterações na percepção de feminilidade. Nesse sentido, campanhas como o Outubro Rosa também desempenham papel psicossocial, ao promover o diálogo sobre o tema, reduzir o estigma da doença e fortalecer redes de apoio e solidariedade. O movimento, portanto, vai além da prevenção biológica, assumindo caráter educativo, emocional e político.

Apesar de seu impacto positivo, o movimento ainda enfrenta desafios. Muitos estudos destacam que a eficácia das ações do Outubro Rosa depende da continuidade das atividades educativas e do fortalecimento das políticas públicas ao longo de todo o ano (Postal Saúde, 2024). A concentração das ações apenas no mês de outubro pode reduzir o alcance e a efetividade da campanha, sobretudo entre mulheres em situação de vulnerabilidade social, que enfrentam barreiras de acesso a informações e serviços de saúde. Além disso, é necessário que a abordagem vá além do incentivo ao auto exame — cuja eficácia isolada é limitada —, priorizando a educação em saúde e o rastreamento mamográfico em faixas etárias adequadas.

A integração entre autocuidado, câncer de mama e Outubro Rosa constitui, portanto, um modelo abrangente de promoção da saúde feminina. O autocuidado é a base comportamental e cognitiva que sustenta a prevenção; o

Outubro Rosa é o catalisador de informação e mobilização social; e o enfrentamento do câncer de mama é o contexto no qual essas práticas se concretizam. Quando articuladas, essas dimensões promovem não apenas a detecção precoce e a redução da mortalidade, mas também o empoderamento das mulheres sobre seu próprio corpo e sua saúde. Essa perspectiva reforça a importância de ações intersetoriais, contínuas e culturalmente sensíveis, que unam comunicação, educação e políticas públicas de saúde.

O Centro Regional Integrado de Oncologia (CAC Crio) constitui-se como uma instituição de referência no diagnóstico, tratamento e acompanhamento de pacientes oncológicos. Sua atuação fundamenta-se em uma abordagem integral, que considera não apenas os aspectos clínicos da doença, mas também as dimensões emocionais, sociais e psicológicas envolvidas no processo de enfrentamento do câncer (INCA, 2023).

De acordo com princípios contemporâneos da oncologia, o atendimento multidisciplinar é essencial para a promoção de um cuidado humanizado e eficaz (INCA, 2022). Nesse contexto, o CAC Crio reúne profissionais de diversas especialidades — como oncologia clínica, radioterapia, psicologia, nutrição e enfermagem — com o objetivo de oferecer um tratamento individualizado e centrado no paciente.

Além da assistência direta, o centro também se destaca pela atuação em pesquisa, prevenção e educação em saúde, contribuindo para o avanço científico e para a disseminação de práticas de promoção e detecção precoce do câncer. Dessa forma, o CAC Crio reforça o compromisso com a inovação e com a melhoria contínua da qualidade de vida das pessoas afetadas pela doença.

O enfrentamento do câncer de mama, impulsionado pelo autocuidado e por iniciativas como o Outubro Rosa, representa uma estratégia essencial para a promoção da saúde feminina, com o apoio de instituições como o Centro Regional Integrado de Oncologia (CAC Crio), que adotam uma abordagem integral e multidisciplinar. Ao integrar educação, prevenção e tratamento, esses elementos fomentam o empoderamento individual e coletivo, aliviam barreiras ao diagnóstico precoce e melhoram os avanços clínicos e emocionais dos pacientes. Assim, é imperativo que ações contínuas, intersetoriais e sensíveis às desigualdades sociais sejam priorizadas, garantindo que o combate ao câncer de mama avance rumo a

um futuro de maior equidade, qualidade de vida e esperança para todas as mulheres.

RESULTADOS

Os achados desta roda de conversa evidenciam que o apoio emocional constitui um elemento central no enfrentamento do câncer de mama, influenciando diretamente a forma como pacientes e acompanhantes lidam com os desafios impostos pelo tratamento. A possibilidade de compartilhar experiências, expressar sentimentos e reconhecer-se nas vivências de outras mulheres revelou-se essencial para a construção de um espaço de fortalecimento coletivo e de resignificação do sofrimento.

Observou-se que a presença de vínculos afetivos e o suporte oferecido pelos acompanhantes contribuem significativamente para a redução do medo, da insegurança e da ansiedade diante dos efeitos físicos e psicológicos do tratamento, como a queda de cabelo, a alteração da imagem corporal e o cansaço emocional. Essa rede de apoio — composta por familiares, amigos, profissionais de saúde e outras pacientes — atua como mediadora entre a experiência individual da doença e a dimensão social do cuidado, promovendo acolhimento, empatia e senso de pertencimento.

Nesse contexto, o diálogo e a escuta sensível emergem como estratégias fundamentais para fortalecer a comunicação entre a equipe de saúde, as pacientes e seus acompanhantes. A criação de espaços de escuta coletiva, como as rodas de conversa, favorece a troca de saberes e o compartilhamento de estratégias de enfrentamento, contribuindo para o empoderamento feminino e para a humanização do cuidado oncológico (Silva; Freitas; Santos, 2021).

Os resultados também apontam para a necessidade de integrar, de maneira mais efetiva, as dimensões emocional, social e comunicacional às práticas de atenção oncológica, superando a abordagem biomédica centrada exclusivamente na doença. Investir em ações interdisciplinares e em programas de suporte psicossocial pode favorecer a adesão ao tratamento, melhorar a qualidade de vida e ampliar o protagonismo das pacientes no processo de reabilitação e autocuidado.

Dessa forma, compreende-se que o enfrentamento do câncer de mama transcende os aspectos clínicos, configurando-se como um processo complexo de reconstrução emocional, simbólica e relacional. Nesse processo, o apoio emocional emerge como eixo estruturante da experiência de cura e de resignificação da vida.

DISCUSSÃO

Sendo uma das neoplasias malignas mais incidentes entre as mulheres no Brasil e no mundo, o câncer de mama caracteriza-se, em grande parte dos casos, como uma doença silenciosa, com maior prevalência em mulheres acima de 35 anos. Apesar de sua predominância no sexo feminino, também pode acometer indivíduos do sexo masculino, representando cerca de 1% dos casos diagnosticados. A detecção precoce constitui um dos principais meios de prevenção secundária, sendo determinante para um melhor prognóstico e para a maior efetividade das intervenções terapêuticas (Brasil, 2022).

A efetividade dessa detecção está diretamente relacionada ao nível de conhecimento da população acerca do câncer de mama — sua definição, fatores de risco, identificação dos grupos populacionais mais vulneráveis, métodos de rastreamento, possibilidades de tratamento e direitos dos pacientes oncológicos. Nesse contexto, a educação em saúde configura-se como ferramenta indispensável para a promoção da saúde e prevenção dessa neoplasia, permitindo a disseminação de informações qualificadas, a adoção de práticas saudáveis e o fortalecimento da autonomia dos sujeitos, que passam a atuar como agentes ativos na transformação de sua própria realidade (Conceição et al., 2020).

Com base nesses pressupostos, foi realizada, em outubro de 2025, uma ação educativa com pacientes do CAIC, em parceria com o CRIO, no município de Crateús, Ceará, em alusão à campanha Outubro Rosa — iniciativa mundial voltada à promoção da saúde e à prevenção do câncer de mama. A atividade contou com a participação de estudantes do oitavo semestre do curso de Enfermagem da Faculdade Princesa do Oeste (FPO), que desenvolveram estratégias de educação em saúde voltadas à sensibilização dos pacientes oncológicos e de seus acompanhantes.

Como recurso metodológico, foi utilizada uma “caixa de perguntas” confeccionada pelos próprios estudantes, contendo a frase “Retire uma pergunta sobre autocuidado e prevenção”. Dentro da caixa, havia diversas perguntas elaboradas para nortear a roda de conversa e promover o engajamento dos participantes. Foram abordados aspectos fundamentais relacionados ao câncer de mama, como medidas de prevenção, tratamento e identificação dos grupos de risco, contribuindo para a ampliação do conhecimento e para a conscientização da comunidade atendida.

Durante a atividade, observou-se ampla participação dos ouvintes, que interagiram ativamente com relatos e questionamentos, tornando o momento dinâmico e interativo. Muitos acompanhantes demonstraram dúvidas relacionadas à doença, revelando lacunas no conhecimento sobre o câncer de mama. Entre os questionamentos, destacou-se a fala de um participante: “O câncer de mama pode surgir de diabetes e hipertensão?” — evidenciando a necessidade de esclarecimentos sobre fatores de risco e etiologia da neoplasia.

Além das dúvidas técnicas, emergiram relatos de preconceito e estigma enfrentados pelos pacientes. Uma participante relatou:

Uma visita foi à minha casa e perguntou se estava tudo bem ela comer nos mesmos pratos e talheres que eu usava. Eu expliquei que não havia problema nenhum, pois o câncer de mama não é transmissível. Eu me senti constrangida.

Outro depoimento destacou o impacto social da doença: “parece que depois que ela adoeceu (minha esposa), ninguém via mais a pessoa, só a doença.”

Esses relatos refletem não apenas a desinformação social acerca do câncer de mama, mas também a carga emocional e o estigma vivenciados pelos pacientes oncológicos, os quais podem comprometer a autoestima e dificultar o enfrentamento da doença (Quintana et al., 2022).

Tais narrativas reforçam a relevância das ações educativas e das campanhas do Outubro Rosa como instrumentos essenciais para o enfrentamento do estigma, a promoção do conhecimento e o fortalecimento dos vínculos sociais. A educação em saúde mostra-se, portanto, indispensável diante das diversas realidades socioculturais, como a baixa escolaridade e o acesso limitado à informação — fatores que favorecem a perpetuação da desinformação.

Dessa forma, é imprescindível que as ações e metodologias em saúde sejam planejadas considerando as especificidades do público-alvo, utilizando linguagem acessível e inclusiva, de modo a promover a compreensão e o engajamento da população quanto à prevenção e ao autocuidado (Bushatsky et al., 2015; Freire, 2018).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A ação desenvolvida no CAIC, em parceria com o CRIO, no município de Crateús – Ceará, configurou-se como um momento significativo de troca de conhecimentos, experiências e afetos entre as acadêmicas do 8º semestre do curso de Enfermagem, pacientes oncológicos e seus acompanhantes. A roda de conversa

proporcionou um ambiente acolhedor, participativo e humanizado, no qual foram discutidos temas relevantes relacionados ao autocuidado, à importância do acompanhamento médico e à realização de exames preventivos, como o autoexame das mamas, a ultrassonografia e a mamografia.

A utilização da dinâmica da “caixinha de perguntas” favoreceu uma interação leve, educativa e sensível, permitindo o esclarecimento de dúvidas de forma clara, empática e acessível. Essa metodologia possibilitou ampliar o diálogo entre os participantes, estimulando reflexões sobre a prevenção, o diagnóstico precoce e o impacto emocional e social do câncer de mama. Além disso, promoveu a conscientização dos acompanhantes quanto à relevância do autocuidado e da adesão às práticas de rastreamento e prevenção.

A vivência também se destacou como uma experiência formativa valiosa, contribuindo de maneira expressiva para o desenvolvimento de competências essenciais à prática profissional da Enfermagem, como a comunicação eficaz, o senso crítico, a empatia e a sensibilidade frente às necessidades específicas do público oncológico.

Conclui-se que a atividade alcançou plenamente seus objetivos ao promover a conscientização sobre a prevenção e a detecção precoce do câncer de mama, ao mesmo tempo em que reforçou a importância da formação de profissionais sensíveis, comprometidos e humanizados. Tais atributos configuram-se como pilares fundamentais para uma atuação ética, empática e socialmente responsável, alinhada aos princípios do Sistema Único de Saúde (SUS) e ao compromisso com a humanização do cuidado em saúde.

REFERÊNCIAS

AHMADZADEH, I. et al. Improving self-care management in patients with breast cancer. **Journal of Cancer Education**, v. 36, n. 4, p. 817–826, 2021. Acesso em: 18 out. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Instituto Nacional de Câncer (INCA). Controle do câncer de mama: documento técnico. Rio de Janeiro: INCA, 2018. Disponível em: <https://www.inca.gov.br/sites/ufu.sti.inca.local/files//media/document//controle-do-cancer-de-mama-2018.pdf> PINHEIRO, R. S.; TORRES, R. M. G.; AQUINO, E. M. L. Acesso em: 18 out. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Instituto Nacional de Câncer – INCA: estimativa 2022 – Incidência de câncer no Brasil. Brasília: INCA, 2022. Acesso em: 18 out. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Outubro Rosa: prevenção e diagnóstico precoce do câncer de mama. Brasília: Ministério da Saúde, 2023. Acesso em: 18 out. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Câncer de mama. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2025. Disponível em: https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/c/cancer-de-mama. Acesso em: 18 out. 2025.

BUSHATSKY, M. C, L. et al; Educação em saúde: uma estratégia de intervenção frente ao câncer de mama / Health education: a strategy for action against breast cancer. **Ciência, Cuidado e Saúde**, v. 14, n. 1, p. 870 - 878, 7 fev. 2015. Acesso em: 18 out. 2025.

BUSHATSKY, M. et al. A importância das ações educativas na prevenção do câncer de mama: um olhar para o Outubro Rosa. **Revista de Enfermagem UFPE On Line**, v. 9, n. 10, p. 9483–9490, 2015. Acesso em: 18 out. 2025.

CAVALCANTE, M. L. L.; LIMA, A. C. S. O relato de experiência como método de pesquisa na área da saúde: reflexões teóricas e práticas. **Revista Enfermagem Atual In Derme**, v. 93, p. e-020180, 2020. Acesso em: 18 out. 2025.

CARVALHO, F. F. B. de; Arguelhes, B. P.; MOREIRA, L. G. M.; Silva, R. C. F. da; MALHÃO, T. A.; MELO, M. E. L. D. Contribuições de documentos orientadores para a promoção da atividade física no Sistema Único de Saúde na prevenção e no controle de câncer. **Revista Brasileira de Cancerologia**, v. 68, n. 3, e-222664, 15 set. 2022. Acesso em: 18 out. 2025.

CENTRO REGIONAL INTEGRADO DE ONCOLOGIA – CRIO. Quem somos. Fortaleza: CRIO, 2023. Disponível em: <https://www.crio.org.br>. Acesso em: 18 out. 2025.

CONCEIÇÃO, A. C. et al. Educação em saúde e prevenção do câncer de mama: estratégias para o empoderamento feminino. **Revista Saúde em Foco**, v. 12, n. 1, p. 35–48, 2020. Acesso em: 18 out. 2025.

CUNHA, N. F. et al. Fatigue management experiences from women undergoing chemotherapy for breast cancer: non-pharmacological strategies of self-care. **Revista de Enfermagem Atual In Derme**, v. 23, n. 4, p. e20190097, 2019. Acesso em: 18 out. 2025.

FREIRE, P. Educação como prática da liberdade. 41. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2018. Acesso em: 18 out. 2025.

GUTIÉRREZ, M. G. R. Outubro Rosa: uma reflexão sobre o cuidado e a prevenção do câncer de mama. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 30, n. 5, p. 1–3, 2017. Acesso em: 18 out. 2025.

INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER (BRASIL). Manual de bases técnicas da oncologia. 28. ed., Rio de Janeiro: INCA, set. 2021. Acesso em: 18 out. 2025.

INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA (INCA). Estimativa de 2023: incidência de câncer no Brasil. Rio de Janeiro: INCA, 2022. Disponível em: <https://www.inca.gov.br/estimativa>. Acesso em: 18 out. 2025.

INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER (BRASIL). Manual de bases técnicas da oncologia. 28. ed., Rio de Janeiro: INCA, set. 2021. Acesso em: 18 out. 2025.

MARINO, Josiane Montanho; NUNES, Lailah Maria Pinto; ALI, Yasmin Cardoso Metwaly Mohamed; TONHI, Leonardo do Carmo; SALVETTI, Marina de Goes. Intervenções educativas para prevenção do câncer do colo do útero: revisão de escopo. 2023. Acesso em: 18 out. 2025.

MINAYO, M. C. S. O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde. 14. ed. **São Paulo: Hucitec**, 2012. Acesso em: 18 out. 2025.

MORALES-SÁNCHEZ, L. et al. Enhancing self-esteem and body image of breast cancer patients: a systematic review of interventions. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 18, n. 4, p. 1640, 2021. Acesso em: 18 out. 2025.

OLIVEIRA, M. S Fernandes, A. F. C Sawada, N. O. Educational handbook for self care in women with mastectomies: a validation study. **Texto & Contexto – Enfermagem**, v.17, n. 1, p. 115–123, 2008. Acesso em: 18 out. 2025.

OREM, D. E. Nursing: Concepts of Practice. 4. ed. St. Louis: Mosby, 1991. **Postal Saúde**. Outubro Rosa: prevenção, autocuidado e mais saúde. Brasília, 2024. Acesso em: 18 out. 2025.

QUINTANA, A. M. et al. O impacto psicossocial do câncer de mama: estigma, enfrentamento e apoio social. **Psicologia & Saúde**, v. 14, n. 2, p. 87–98, 2022; Acesso em: 18 out. 2025.

RODRIGUES, Grasielle Caroline. Prevenção do câncer: revisão de escopo e desenvolvimento de material educativo para profissionais da atenção primária à saúde. 2021. Dissertação (Mestrado Profissional Interdisciplinar em Saúde) — Universidade de São Paulo, São Paulo. Acesso em: 18 out. 2025.

SILVA, R. C.; FREITAS, M. A.; SANTOS, L. P. Humanização do cuidado oncológico: a importância da escuta e do vínculo afetivo. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 74, n. 5, p. e20200451, 2021. Acesso em: 18 out. 2025.

SOUZA, Maria das Graças Gazel de; Santos, Iraci dos; Silva, Leandro Andrade da. Educação em saúde e ações de autocuidado como determinantes para prevenção e controle do câncer. **Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online**, Rio de Janeiro, v. 7, n. 4, p. 3274-3291, out./dez. 2015.. Acesso em: 18 out. 2025.

URTEKIN, D.; AKIN EROGLU,S. Effect of training based on Orem's self-care deficit theory on breast cancer patients' management of chemotherapy-related side effects and self-care behaviors: a randomized controlled trial. **European Journal of Oncology Nursing**, v. 68, p. 102539, 2024. Acesso em: 18 out. 2025.