

OUTUBRO ROSA NA ATENÇÃO PRIMÁRIA: EDUCAÇÃO EM SAÚDE E AUTOCUIDADO FEMININO

Geovana Kabrini Costa Ferreira⁽¹⁾
Letícia Rebelo Vaz Monteiro⁽²⁾
Lidiane Martins Venturini Neres⁽³⁾
Kamilla Victória Nonato Soares Silva⁽⁴⁾
Lara Maria Pereira de Souza⁽⁵⁾
Eduardo Resende⁽⁶⁾
Ana Paula Bandeira Matos De S Andrade⁽⁷⁾

RESUMO - INTRODUÇÃO: O câncer de mama é o tipo de neoplasia maligna mais frequente entre mulheres no Brasil e uma das principais causas de mortalidade feminina por câncer. Diante da importância da detecção precoce e do papel da Atenção Primária à Saúde na promoção do autocuidado, as ações educativas tornam-se fundamentais para ampliar o conhecimento e reduzir barreiras culturais. **OBJETIVO:** Relatar a experiência de uma ação educativa realizada na Unidade Básica de Saúde Mãe Eugênia, em Porto Nacional–TO, voltada à conscientização sobre o câncer de mama, à valorização da autoestima e ao estímulo à prática do autoexame. **MATERIAIS E MÉTODOS:** Trata-se de um relato de experiência descritivo, de abordagem qualitativa, conduzido no dia 22 de Outubro de 2025 por acadêmicos do 4º período de Medicina da AFYA Porto Nacional, durante a campanha Outubro Rosa. A ação incluiu palestra educativa, demonstração prática do autoexame e dinâmica interativa denominada “Balão da Percepção”, na qual as participantes identificavam simbolicamente um nódulo (miçanga) dentro de um balão, que ao ser estourado revelava mensagens motivacionais. **RESULTADO:** Participaram 17 mulheres da comunidade local, que demonstraram alto nível de engajamento e interesse no aprendizado do autoexame. A atividade promoveu diálogo, escuta e fortalecimento da autoestima, gerando maior compreensão sobre a importância da detecção precoce e da busca por acompanhamento médico regular. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** Conclui-se que ações educativas e lúdicas na Atenção Primária são eficazes para o empoderamento feminino e a promoção da saúde, reforçando o papel da educação em saúde como instrumento transformador.

Palavras-chave: Câncer de Mama; Prevenção; Saúde da Mulher.

¹ Graduanda do curso de Medicina do AFYA Porto Nacional. Geovanakabrinicosta@gmail.com.

² Graduanda do curso de Medicina do AFYA Porto Nacional. leca.vaz1339@gmail.com.

³ Graduanda do curso de Medicina do AFYA Porto Nacional. lidianemvn@gmail.com.

⁴ Graduanda do curso de Medicina do AFYA Porto Nacional. kamillavictoria222@gmail.com.

⁵ Graduanda do curso de Medicina do AFYA Porto Nacional. impds2815@gmail.com.

⁶ Graduanda do curso de Medicina do AFYA Porto Nacional. eduardoresendetrw@gmail.com.

⁷ Professora Mestre do curso de Medicina do AFYA Porto Nacional. anapaula.matos@afya.com.br.

PINK OCTOBER IN PRIMARY HEALTH CARE: HEALTH EDUCATION AND FEMALE SELF-CARE

ABSTRACT - INTRODUCTION: Breast cancer is the most common malignant neoplasm among women in Brazil and one of the leading causes of female cancer mortality. Considering the importance of early detection and the role of Primary Health Care in promoting self-care, educational actions are essential to expand knowledge and overcome cultural barriers. **OBJECTIVE:** To report the experience of an educational activity carried out at the Mãe Eugênia Basic Health Unit, in Porto Nacional–TO, aimed at raising awareness about breast cancer prevention, strengthening self-esteem, and encouraging breast self-examination. **MATERIALS AND METHODS:** This is a descriptive experience report with a qualitative approach, conducted on October 22, 2025, by medical students from the 4th period of AFYA Porto Nacional during the Pink October campaign. The action included an educational lecture, a practical demonstration of self-examination, and an interactive dynamic called “Balloon of Perception,” in which participants symbolically identified a nodule (bead) inside a balloon that, when popped, revealed motivational messages. **RESULTS:** Seventeen women from the local community participated, showing high engagement and interest in learning the self-examination technique. The activity promoted dialogue, mutual learning, and increased understanding of the importance of early detection and regular medical follow-up. **CONCLUSION:** It is concluded that educational and playful strategies in Primary Health Care are effective tools for female empowerment and health promotion, reinforcing health education as a transformative practice.

Keywords: Breast Cancer; Prevention; Women’s Health.

Introdução

O câncer de mama é reconhecido como um dos principais problemas de saúde pública mundial, sendo a neoplasia maligna de maior incidência entre as mulheres e uma das principais causas de mortalidade feminina. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (WHO, 2025), estima-se que uma em cada doze mulheres será diagnosticada com câncer de mama ao longo da vida, o que representa cerca de 2,3 milhões de novos casos anuais em todo o mundo.

No Brasil, conforme o Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva (INCA, 2024), a previsão para o triênio 2023–2025 é de mais de 74 mil novos casos por ano, destacando a relevância da detecção precoce e do rastreamento contínuo. Nesse contexto, dados internacionais corroboram essa tendência: o International Agency for Research on Cancer (IARC, 2024) identifica o câncer de mama como o mais prevalente globalmente, com aumento progressivo em países de média e baixa renda.

A detecção precoce é um dos fatores mais determinantes para o prognóstico positivo, pois possibilita o tratamento em estágios iniciais, reduzindo mortalidade e morbidade (ALVES et al., 2025). Nesse sentido, o diagnóstico oportuno e o acesso à informação qualificada configuram-se como elementos essenciais para o sucesso terapêutico e a redução de óbitos evitáveis (BRASIL, 2023).

A Atenção Primária à Saúde (APS), por sua ampla cobertura e vínculo direto com a comunidade, desempenha papel estratégico na implementação de práticas preventivas e de promoção da saúde. Ao aproximar o saber científico da realidade social, a APS possibilita que ações educativas se tornem mais acessíveis, inclusivas e eficazes na transformação de comportamentos e na valorização do autocuidado.

O movimento Outubro Rosa, criado na década de 1990, consolidou-se como um marco global na luta contra o câncer de mama. Sua expansão no Brasil reforça a importância do autoexame das mamas, da mamografia periódica e da busca ativa por serviços de rastreamento, promovendo o protagonismo da mulher sobre o próprio corpo e estimulando o diagnóstico precoce.

Essa mobilização destaca-se como uma das mais eficazes estratégias de sensibilização e incentivo à prevenção. Diante disso, pesquisas indicam que intervenções educativas sobre o câncer de mama são ferramentas poderosas para promover a saúde, pois aumentam o conhecimento, ressaltam a importância do diagnóstico precoce e fomentam mudanças positivas no comportamento das mulheres (Alves, Ferreira e Santos, 2019).

Entretanto, o impacto dessas iniciativas depende diretamente da forma como o conhecimento é transmitido. Para que alcancem resultados duradouros, é essencial que as estratégias educativas sejam empáticas, dialógicas e culturalmente adaptadas à realidade das mulheres. Essa abordagem reforça o papel da Atenção Primária à Saúde (APS) como espaço de cuidado humanizado, de aproximação entre ciência e realidade social, em consonância com as diretrizes atuais de promoção da saúde no Brasil.

Dessa forma, promover ações educativas e participativas sobre o câncer de mama, sobretudo no âmbito da Atenção Primária, é essencial para fortalecer o vínculo entre profissionais e comunidade, fomentando a autoestima, o empoderamento e o autocuidado feminino.

Este trabalho tem como objetivo relatar a experiência de uma ação educativa desenvolvida na Unidade Básica de Saúde (UBS) Mãe Eugênia em Porto Nacional – TO, durante a campanha Outubro Rosa, enfatizando o papel da Educação em Saúde como instrumento de prevenção e conscientização sobre o câncer de mama.

Metodologia

Trata-se de um relato de experiência descritivo, de abordagem qualitativa, desenvolvido como atividade extensionista no âmbito da Atenção Primária à Saúde (APS), com foco em práticas educativas de promoção da saúde da mulher. A ação foi realizada no dia 22 de Outubro de 2025 na UBS Mãe Eugênia, localizada no município de Porto Nacional, Tocantins, durante a campanha do Outubro Rosa. Esse mês é dedicado à prevenção e conscientização sobre o câncer de mama e à valorização do autocuidado feminino.

A equipe executora foi composta por seis acadêmicos do 4º período de
Medicina da

Faculdade Afya Porto Nacional, sob a supervisão da preceptora da prática , coordenadora da unidade. A docente atuou como orientadora científica e garantiu o alinhamento da atividade aos princípios éticos e às diretrizes curriculares nacionais. O público-alvo foi formado por 17 mulheres da comunidade local, com faixa etária entre 25 e 65 anos, cadastradas na área de abrangência da UBS e que aceitaram participar de forma livre e voluntária.

A atividade foi iniciada com uma breve palestra introdutória sobre o câncer de mama, destacando fatores de risco, sinais de alerta, importância da detecção precoce e da adesão ao rastreamento por mamografia. A exposição foi conduzida de maneira acessível e participativa, permitindo o esclarecimento de dúvidas e o compartilhamento de experiências pessoais.

Em seguida, foi efetuada a dinâmica interativa “Balão da Percepção”. Essa etapa teve como objetivo despertar a atenção das participantes para a importância da autoavaliação corporal. Cada mulher recebeu um balão contendo uma miçanga, simbolizando a presença de um pequeno nódulo. O exercício consistiu em palpar o balão e identificar o objeto interno, estimulando a percepção tátil e a reflexão sobre a importância do toque consciente. Ao final, os balões foram estourados, revelando mensagens motivacionais com frases de incentivo à autoestima e à prevenção.

Diante disso, foi executado o passo a passo do autoexame com o apoio de materiais ilustrativos e linguagem clara. As acadêmicas demonstraram as técnicas de observação e palpação das mamas, abordando o momento ideal para sua realização e a identificação de possíveis alterações. Essa etapa buscou corrigir crenças equivocadas e reforçar o autoexame como um ato de amor-próprio e atenção à própria saúde.

O encontro foi finalizado com um momento de valorização feminina, no qual foram entregues mimos simbólicos, como espelhos e adesivos com frases inspiradoras, reforçando a mensagem de empoderamento e autocuidado. A ação também proporcionou espaço para escuta ativa, permitindo que as mulheres expressassem sentimentos e experiências relacionadas à temática.

Nesse contexto, foram utilizados materiais de baixo custo, de fácil acesso e aplicabilidade na Atenção Primária, como balões, miçangas e frases motivacionais. Essa abordagem reforça a viabilidade da reprodução da atividade em outros

contextos comunitários.

A coleta de percepções e relatos ocorreu de maneira observacional e participativa, com registros em diário de campo elaborados pelos acadêmicos, a fim de subsidiar a reflexão crítica sobre o impacto da ação. O método qualitativo foi escolhido por valorizar a subjetividade, as relações interpessoais e o significado atribuído pelos participantes à experiência vivenciada.

Todos os procedimentos respeitaram integralmente os princípios éticos da Resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde (CNS), que dispõe sobre pesquisas e práticas com seres humanos. A participação foi voluntária, livre de coerção e sem qualquer forma de remuneração ou benefício material. Foi garantido o anonimato das participantes, o sigilo das informações pessoais e o direito de recusa ou retirada em qualquer etapa da atividade. Por se tratar de uma ação de caráter educativo e extensionista, não houve coleta de dados clínicos ou intervenção terapêutica.

A experiência foi estruturada de modo a integrar teoria e prática, ampliando o aprendizado dos discentes e fortalecendo o compromisso da formação médica com a promoção da saúde, a empatia e o cuidado integral à mulher.

Discussão

A Educação em Saúde constitui uma das ferramentas mais eficazes da Atenção Primária, pois aproxima o conhecimento técnico-científico da realidade sociocultural da população. Segundo Gusso, Lopes e Dias (2019), a prática educativa na APS é um instrumento essencial para o fortalecimento do autocuidado e para a transformação do aprendizado em atitudes preventivas. A ação realizada na UBS Mãe Eugênia exemplifica esse potencial, demonstrando como o uso de metodologias participativas e simbólicas favorece o engajamento e a reflexão crítica sobre o próprio corpo.

Durante a intervenção, observou-se alto nível de envolvimento das participantes, o que evidencia a eficácia da dinâmica “Balão da Percepção” como estratégia de ensino-aprendizagem. Essa metodologia lúdica e participativa mostrou-

se capaz de facilitar o diálogo sobre temas sensíveis, ao mesmo tempo em que reduziu barreiras emocionais relacionadas ao medo, à vergonha e à desinformação.

Desse modo, estudos recentes demonstram que ações educativas baseadas em metodologias participativas fortalecem o vínculo entre profissionais e comunidade, ampliando a adesão ao rastreamento mamográfico e estimulando práticas preventivas de autocuidado (SOUZA et al., 2023). Além disso, o uso de mensagens motivacionais e afirmativas durante a ação contribuiu para reforçar a autoestima e o empoderamento feminino, promovendo a corresponsabilidade no cuidado com a própria saúde e o reconhecimento da importância do diagnóstico precoce (CARVALHO et al., 2024).

De acordo com a Política Nacional de Promoção da Saúde (BRASIL, 2023), as práticas educativas devem ser contínuas, participativas e culturalmente sensíveis, incorporando princípios de acolhimento, equidade e escuta ativa. Sob essa ótica, o Outubro Rosa transcende o caráter simbólico de uma campanha mensal e consolida-se como um espaço permanente de transformação social e de construção coletiva de saberes.

A vivência também proporcionou aprendizado recíproco entre acadêmicos e comunidade, contribuindo para a formação médica humanizada e socialmente comprometida. O envolvimento das mulheres superou a recepção passiva do conteúdo, transformando-se em diálogo, partilha e empoderamento coletivo, confirmando o potencial da Educação em Saúde como ferramenta de emancipação.

Por fim, os resultados reafirmam que a integração entre teoria, prática e sensibilidade social é determinante para o fortalecimento das políticas públicas voltadas à saúde da mulher. A ação na UBS Mãe Eugênia evidenciou que o diálogo, o afeto e a educação participativa são pilares indispensáveis para promover mudanças comportamentais duradouras e ampliar o impacto das ações de prevenção do câncer de mama.

Considerações Finais

A experiência desenvolvida na UBS Mãe Eugênia, durante a campanha Outubro Rosa, reafirmou a importância da Educação em Saúde como instrumento transformador na promoção do autocuidado feminino e na prevenção do câncer de mama. A ação atingiu plenamente seus objetivos ao proporcionar um espaço de diálogo, escuta e acolhimento, fortalecendo o vínculo entre a equipe de saúde e a comunidade.

A metodologia adotada, fundamentada na ludicidade, empatia e participação ativa, mostrou-se eficaz para superar barreiras culturais e emocionais relacionadas ao tema. A dinâmica do “Balão da Percepção” destacou-se como recurso inovador, tornando o aprendizado mais acessível e significativo. A vivência também contribuiu para a formação dos acadêmicos de Medicina, permitindo a aplicação prática dos conhecimentos teóricos e o desenvolvimento de competências como empatia, comunicação humanizada e responsabilidade social.

Conclui-se que a integração entre teoria, prática e sensibilidade social é essencial para o fortalecimento das políticas públicas voltadas à saúde da mulher. Assim, recomenda-se a continuidade e ampliação de iniciativas semelhantes, consolidando a Atenção Primária à Saúde como espaço privilegiado de cuidado integral e promoção da cidadania em saúde.

Referências

ALVES, Adriana C.; FERREIRA, Mônica C.; SANTOS, Cláudia R. **Conscientização sobre o câncer de mama**. Revista Expressão Católica Saúde. Quixadá: UniCatólica, v. 4, n. 2, p. 60–68, 2019. Disponível em: <https://publicacoes.unicatolicaquixada.edu.br/rec/article/view/1478>. Acesso em: 24 out. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Promoção da Saúde – PNPS**. 4. ed. Brasília: Secretaria de Vigilância em Saúde e Ambiente, Departamento de Promoção da Saúde, 2023. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_promocao_saude_4ed.pdf. Acesso em: 24 out. 2025.

CARVALHO, Andressa M.; LIMA, Ana C.; TEIXEIRA, Paula R.; MARTINS, Juliana S. **Empoderamento feminino e promoção da saúde: estratégias educativas e prevenção do câncer de mama**. Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences (BJIHS). Curitiba: BJIHS, v. 6, n. 3, p. 89–99, 2024. Disponível em: <https://bjih.emnuvens.com.br/bjih/article/view/2503>. Acesso em: 24 out. 2025.

GUSSO, Gustavo; LOPES, José Mauro Ceratti; DIAS, Lêda Chaves. **Tratado de medicina de família e comunidade: princípios, formação e prática**. 2. ed. Porto Alegre: Grupo A, 2019. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/reader/books/9788582715369>. Acesso em: 24 out. 2025.

INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA (INCA). **Estimativa 2024: incidência de câncer no Brasil**. Rio de Janeiro: INCA, 2024. Disponível em: <https://www.inca.gov.br/publicacoes/livros/estimativa-2024-incidencia-de-cancer-no-brasil>. Acesso em: 24 out. 2025.

INTERNATIONAL AGENCY FOR RESEARCH ON CANCER (IARC). **Global Cancer Observatory: Cancer Today**. Lyon: IARC/World Health Organization, 2024. Disponível em: <https://gco.iarc.fr/today/>. Acesso em: 24 out. 2025.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Breast cancer: overview**. Genebra: Organização Mundial da Saúde, 2025. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/breast-cancer>. Acesso em: 24 out. 2025.

SOUZA, Beatriz M.; FERREIRA, Larissa C.; GOMES, Mariana A.; LIMA, Rosângela F. **Educação em saúde e prevenção do câncer de mama na atenção básica: experiências de promoção do autocuidado**. Revista Saúde Coletiva (Barueri). Barueri: Revista Saúde Coletiva, v. 13, n. 1, p. 1–10, 2023. Disponível em: <https://revistasaudecoletiva.com.br/index.php/saudecoletiva/181386>. Acesso em: 24 out. 2025.