

## AUTOCUIDADO E EMPODERAMENTO FEMININO: PILARES PARA A PROMOÇÃO À SAÚDE NA PREVENÇÃO DO CÂNCER DE MAMA E DE COLO DE ÚTERO

Ana Luiza Gonçalves Guarese<sup>1</sup>  
Daniel Dorázio Filho<sup>2</sup>  
João Paulo Cavalcante Nascimento<sup>3</sup>  
Luís Felype Aires de Melo<sup>4</sup>  
Luiza Lustosa Heirinch<sup>5</sup>  
Mariano Viana Resende Pereira<sup>6</sup>  
Maria Eduarda Machado Dias<sup>7</sup>  
Matheus Nascimento Silva<sup>8</sup>  
Rafael Augusto Giatti Filho<sup>9</sup>  
Rayane Pereira Lima<sup>10</sup>  
Thaysa Ferreira Tavares<sup>11</sup>  
Vitor Araújo Silva<sup>12</sup>  
Vitória Jéssika Dantas Joaquim<sup>13</sup>  
Nailson Pereira Ribeiro<sup>14</sup>

---

<sup>1</sup>Graduanda do curso de Medicina da AFYA Porto Nacional. E-mail: [guareseanaluiza796@gmail.com](mailto:guareseanaluiza796@gmail.com).  
Lattes: <https://lattes.cnpq.br/0485617875818349>

<sup>2</sup> Graduando do curso de Medicina da AFYA Porto Nacional. E-mail: [doraziofilhod@gmail.com](mailto:doraziofilhod@gmail.com). Lattes: <http://lattes.cnpq.br/1486760060357706>

<sup>3</sup> Graduando do curso de Medicina da AFYA Porto Nacional. E-mail: [joao35233953@gmail.com](mailto:joao35233953@gmail.com).  
Lattes: <http://lattes.cnpq.br/4933711178187499>

<sup>4</sup>Graduando do curso de Medicina da AFYA Porto Nacional. E-mail: [luisfellypeairesdemelo@gmail.com](mailto:luisfellypeairesdemelo@gmail.com). Lattes: <http://lattes.cnpq.br/2095820820554406>

<sup>5</sup> Graduanda do curso de Medicina da AFYA Porto Nacional. E-mail: [lustosaluizah@icloud.com](mailto:lustosaluizah@icloud.com). Lattes: <https://www.cnpq.br/cvlattesweb/>

<sup>6</sup> Graduando do curso de Medicina da AFYA Porto Nacional. E-mail: [marianoviana060@gmail.com](mailto:marianoviana060@gmail.com).  
Lattes: <https://lattes.cnpq.br/9932124635912194>

<sup>7</sup>Graduanda do curso de Medicina da AFYA Porto Nacional. E-mail: [mariaed.machadodias@gmail.com](mailto:mariaed.machadodias@gmail.com). Lattes: <http://lattes.cnpq.br/1284283310169705>

<sup>8</sup> Graduando do curso de Medicina da AFYA Porto Nacional. E-mail: [mateusns211@gmail.com](mailto:mateusns211@gmail.com). Lattes: <https://lattes.cnpq.br/5807908016684965>

<sup>9</sup> Graduando do curso de Medicina da AFYA Porto Nacional. E-mail: [rgiattifilho@gmail.com](mailto:rgiattifilho@gmail.com). Lattes: <https://lattes.cnpq.br/6598032249431880>

<sup>10</sup> Graduanda do curso de Medicina da AFYA Porto Nacional. E-mail: [curriculofcray@gmail.com](mailto:curriculofcray@gmail.com).  
Lattes: <https://lattes.cnpq.br/1983640455666195>

<sup>11</sup> Graduanda do curso de Medicina da AFYA Porto Nacional. E-mail: [thaysaf95@gmail.com](mailto:thaysaf95@gmail.com).

<sup>12</sup> Graduando do curso de Medicina da AFYA Porto Nacional. E-mail: [vitoraraujosilva84@gmail.com](mailto:vitoraraujosilva84@gmail.com).  
Lattes: <https://lattes.cnpq.br/8833181051854418>

<sup>13</sup> Graduanda do curso de Medicina da AFYA Porto Nacional. E-mail: [vitoriajessik00@gmail.com](mailto:vitoriajessik00@gmail.com).  
Lattes: <http://lattes.cnpq.br/2625580865739286>

<sup>14</sup> Professor do curso de Medicina da AFYA Porto Nacional. E-mail: [nailsonhistoria@gmail.com](mailto:nailsonhistoria@gmail.com).  
Lattes: <https://lattes.cnpq.br/1239896910194154>

**Resumo** – O presente trabalho apresenta os resultados do projeto de extensão “Autocuidado e empoderamento feminino: pilares para a promoção à saúde na prevenção do câncer de mama e de colo de útero”, desenvolvido por acadêmicos do 3º período do curso de Medicina da Afya Faculdade Porto Nacional-TO, em parceria com o Centro de Referência de Assistência Social (CRAS) Neucirene Rodrigues Soares. Diante disso, esse trabalho tem como objetivo principal elucidar acerca da importância do autocuidado feminino incentivando a realização periódica do exame clínicos de mamas e Preventivo do Câncer do Colo de Útero (PCCU), por meio de atividades educativas e ações preventivas voltadas à promoção da saúde da mulher. A metodologia envolveu rodas de conversa, palestras interativas e mutirões de saúde, pautados em práticas educativas e acolhimento humanizado. Logo, a ação alcançou 42 mulheres, proporcionando aprendizado mútuo, fortalecimento da autoestima e adesão às práticas preventivas. Em síntese, como resultados, observou-se o aumento do conhecimento sobre prevenção e a maior procura pelos serviços de saúde. Além disso, os discentes aprimoraram suas habilidades de comunicação, escuta ativa e educação em saúde. Portanto, conclui-se que o projeto cumpriu seu papel extensionista ao articular teoria e prática, promovendo impacto positivo tanto na comunidade quanto na formação médica dos estudantes.

**Palavras-chave:** Educação em saúde; Projeto de extensão; Saúde da mulher; Vulnerabilidade social.

## Introdução

Os projetos de extensão universitária configuram-se como um elo fundamental entre a universidade e a sociedade, constituindo um processo educativo, cultural e científico que articula teoria e prática. A extensão, ao lado do ensino e da pesquisa, integra o tripé da universidade, sendo reconhecida como espaço privilegiado de formação profissional, transformação social e democratização do conhecimento. Sua finalidade é, portanto, possibilitar que o saber acadêmico se coloque a serviço da coletividade, contribuindo para a solução de problemas sociais e para o fortalecimento do compromisso ético e cidadão dos estudantes (Rodrigues *et al.*, 2020). Nesse sentido, a participação em projetos extensionistas permite ao discente vivenciar experiências em contextos reais de saúde, ampliando sua visão crítica e sua capacidade de atuação frente às demandas da comunidade.

Entre os diversos campos de aplicação da extensão, a saúde da mulher ganha destaque, considerando que as mulheres constituem as principais usuárias do Sistema Único de Saúde (SUS) e enfrentam, ao longo de suas vidas, múltiplos desafios relacionados à promoção do autocuidado e à manutenção de sua saúde integral (Coelho *et al.*, 2009). Historicamente, a atenção à saúde feminina esteve restrita aos aspectos reprodutivos, centrada em ações vinculadas à maternidade e à infância. Esse reducionismo desconsiderava a mulher em sua complexidade biopsicossocial, negligenciando questões fundamentais relacionadas à equidade de gênero e à integralidade do cuidado (Durand *et al.*, 2021).

A integralidade do cuidado, defendida como princípio do SUS, reforça a necessidade de considerar a mulher em todas as suas dimensões: biológica, psicológica, social e cultural. Isso implica superar práticas fragmentadas e biologistas, promovendo ações interdisciplinares e intersetoriais que dialoguem com as reais necessidades da população feminina (Coelho *et al.*, 2009). Nesse contexto, a extensão universitária tem papel estratégico, pois aproxima os futuros profissionais da realidade das comunidades, sensibilizando-os para práticas de saúde que respeitem as especificidades de gênero e valorizem a autonomia das mulheres.

No que tange a saúde da mulher, a vulnerabilidade social ainda é um fator determinante que dificulta o acesso e a adesão às ações preventivas. Dentre os fatores agravantes, o câncer de colo de útero e o câncer de mama continuam entre

as principais causas de mortalidade feminina evitável no Brasil, apesar da oferta gratuita de exames pelo Sistema Único de Saúde (SUS).

Por fim, é importante destacar que projetos de extensão voltados à saúde da mulher não apenas produzem impacto positivo nas comunidades atendidas, mas também contribuem para a formação de profissionais mais críticos, reflexivos e humanizados. A vivência extensionista possibilitou aos estudantes compreenderem que a saúde feminina está intrinsecamente ligada a fatores sociais, econômicos, culturais e políticos, exigindo uma abordagem sensível e integral. Dessa forma, o tema “Autocuidado e empoderamento feminino: pilares para a promoção à saúde na prevenção do câncer de mama e de colo de útero”, revela-se atual, pertinente e alinhado tanto às demandas locais quanto aos compromissos internacionais de promoção da saúde e da equidade de gênero.

Nesse cenário, torna-se essencial o desenvolvimento de estratégias de educação em saúde e empoderamento feminino que estimulem a autonomia e o protagonismo das mulheres.

Diante disso, esse trabalho tem como objetivo principal elucidar acerca da importância do autocuidado feminino incentivando a realização periódica do exame clínicos de mamas e Preventivo do Câncer do Colo de Útero (PCCU), por meio de atividades educativas e ações preventivas voltadas à promoção da saúde da mulher.

## **Métodos**

A ação extensionista foi realizada entre setembro e outubro de 2025, em parceria com o Centro de Referência de Assistência Social (CRAS) Neucirene Rodrigues Soares, em Porto Nacional-TO. Nesse enfoque, participaram 13 acadêmicos do curso de Medicina, sob orientação docente. Desse modo, as atividades foram desenvolvidas em três etapas: (1) oficinas e palestras interativas sobre autocuidado e saúde feminina; (2) mutirão de saúde para realização do exame Papanicolau, com orientação sobre autoexame das mamas e métodos contraceptivos; e (3) devolutiva comunitária com entrega dos resultados e roda de conversa avaliativa. Logo, as práticas educativas utilizaram metodologia participativa e dialógica, fundamentada na escuta ativa e no respeito às particularidades socioculturais das participantes.

Essa intervenção não apenas teve um caráter de educação em saúde com ampliação da cobertura de informações sobre prevenção do câncer de mama e de colo do útero, mas também estimulou o protagonismo feminino no cuidado com a própria saúde, abordando temas ligados à autoestima, planejamento familiar e à desmistificação de tabus relacionados à prevenção ginecológica.

## **Resultados e Discussão**

A Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da Mulher (PNAISM) reconhece que fatores como desigualdade de gênero, baixa escolaridade e vulnerabilidade socioeconômica impactam de forma significativa a saúde feminina, aumentando os riscos de adoecimento físico e psicológico. Dessa forma, ressalta-se a necessidade de estratégias que garantam o acesso equitativo aos serviços de saúde, com foco na prevenção, no acolhimento e na promoção da autonomia da mulher (BRASIL, 2011).

O câncer de colo do útero é uma das principais causas de morte evitável entre mulheres brasileiras, e sua prevenção depende fortemente do rastreamento adequado. De acordo com o Instituto Nacional de Câncer (INCA, 2023), estima-se que sejam diagnosticados cerca de 17 mil novos casos por ano no Brasil, com maior

concentração nas regiões de menor desenvolvimento socioeconômico. Apesar da disponibilidade do exame citopatológico (Papanicolau) na rede pública, a cobertura ainda é insuficiente, especialmente entre mulheres em vulnerabilidade social, reforçando a necessidade de intervenções locais para ampliar o acesso e a adesão.

Nesse contexto, os Centros de Referência da Assistência Social (CRAS) configuram-se como espaços estratégicos de aproximação entre a comunidade e as políticas públicas, favorecendo intervenções voltadas à promoção da saúde integral.

As ações alcançaram 42 mulheres em situação de vulnerabilidade social, com idades entre 19 e 70 anos. Além disso, constatou-se aumento significativo do conhecimento sobre o câncer de mama e do colo do útero, especialmente quanto à importância do exame preventivo e do autoexame. Ainda, houve relatos de quebra de tabus e de fortalecimento da autoestima feminina.

Diante disso, a presente iniciativa está em consonância com os princípios do Sistema Único de Saúde (SUS), em especial a equidade, ao priorizar grupos populacionais historicamente desassistidos, e a integralidade, ao articular saúde mental, autoestima, autocuidado e prevenção de doenças. Ademais, dialoga com o Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das Doenças Crônicas Não Transmissíveis 2021-2030, que reforça a necessidade de intervenções preventivas e de promoção da saúde em nível comunitário (BRASIL, 2021).

O mutirão resultou na coleta de 42 exames citopatológicos, com 100% de adesão das participantes. Outrossim, para além do impacto direto na comunidade, observou-se aprimoramento das competências socioemocionais e comunicativas dos discentes, reafirmando o papel formador da extensão.

Para os discentes, o projeto representou uma oportunidade formativa essencial, ao aproximá-los da realidade social e dos determinantes sociais da saúde, contribuindo para uma formação médica mais humanizada, ética e socialmente comprometida. Portanto, ao integrar ações de promoção da saúde mental, autoestima e exames preventivos, a ação extensionista contribuiu para a melhoria da qualidade de vida das mulheres atendidas, ao mesmo tempo em que fortalece o papel da universidade na transformação social.

### **Considerações Finais**

A realização do projeto demonstrou a efetividade das práticas extensionistas na promoção do autocuidado e do empoderamento feminino, consolidando a universidade como agente transformador social. Nesse enfoque, o envolvimento das mulheres e dos estudantes possibilitou um aprendizado mútuo e uma vivência humanizada da medicina, pautada na escuta, no acolhimento e na valorização da autonomia feminina.

Dessa forma, a vivência viabilizada por este projeto, através do incentivo educacional da Afya Faculdade Porto Nacional-TO, e do CRAS, permitiu aos estudantes um aprimoramento da comunicação médico-paciente, o raciocínio clínico básico, a humanização e a prática da educação em saúde, aspectos fundamentais na formação médica.

Frente a tais ações, tem-se que essas atitudes contribuíram para o fortalecimento da saúde da mulher na comunidade e para a formação de profissionais comprometidos com a integralidade e a equidade no cuidado. Portanto, conclui-se que o projeto cumpriu seu papel extensionista ao articular teoria e prática, promovendo impacto positivo tanto no público alvo, na comunidade e na formação médica dos estudantes.

## Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. **Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das Doenças Crônicas Não Transmissíveis no Brasil 2021-2030**. Brasília: Ministério da Saúde, 2021. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/dcmt/plano-de-acoes-e-strategicas-para-o-enfrentamento-das-dcmt-no-brasil-2021-2030>. Acesso em: 22 ago. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. **Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da Mulher: princípios e diretrizes**. 1. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2011. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica\\_nacional\\_mulher\\_principios\\_diretrizes.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_mulher_principios_diretrizes.pdf). Acesso em: 22 ago. 2025.

DURAND, M. K. et al. Possibilidades e desafios para o empoderamento feminino: perspectivas de mulheres em vulnerabilidade social. **Esc Anna Nery**, v. 25, n. 5, p. e20200524, 2021.

INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER (INCA). **Estimativa de 2023: Incidência de Câncer no Brasil**. Rio de Janeiro: INCA, 2022. Disponível em: <https://www.inca.gov.br/estimativa/2023>. Acesso em: 22 ago. 2025.

RODRIGUES, A. H. F. et al. Saúde da mulher na atenção básica: relato de experiência. **Revista Extensão & Sociedade**, v. XI, p. 46-54, 2020.