



XXVIII ENFERMAIO

Repercussões das mudanças climáticas no mundo e sua influência na saúde

REALIZAÇÃO:



APOIO:



SALA DE ESPERA COMO ESTRATÉGIA DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE NO INSTITUTO DE PREVENÇÃO DO CÂNCER: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Rayane Matias Xavier de Souza Lima¹

Raquel Martins Uchôa²

Sara Maria Moreira Lima Verde³

TRABALHO PARA PRÊMIO: GRADUAÇÃO - EIXO 4.1.3 : ENFERMAGEM EM SAÚDE DA MULHER E SAÚDE DA CRIANÇA E DO ADOLESCENTE.

RESUMO

INTRODUÇÃO: O câncer de mama é uma doença de elevada prevalência no Brasil e, de acordo com o Instituto Nacional de Câncer - INCA, são estimados para 2025, 73.610 casos novos. Mediante isso, atividades buscando a discussão a respeito do tema ainda se tornam relevantes, pois contribuem para a mudança do estilo de vida. **OBJETIVO:** O objetivo deste estudo é relatar a experiência de integrantes do Grupo de Estudos, Pesquisa e Inovação em Nutrição Oncológica (GENO) da Universidade Estadual do Ceará (UECE) na realização de uma atividade educativa na sala de espera do Instituto de Prevenção do Câncer do Ceará (IPC) em Fortaleza. **MÉTODO:** Trata-se de uma pesquisa descritiva e qualitativa, do tipo relato de experiência realizado no mês de outubro de 2024. **RESULTADOS E DISCUSSÕES:** O momento foi marcado com grande interação entre os grupos da sala de espera, onde as pacientes participaram ativamente da dinâmica realizada, esclarecendo dúvidas e absorvendo informações a respeito das formas de prevenção e melhora da qualidade de vida. **CONCLUSÃO:** A ação na sala de espera obteve bons resultados, e proporcionou a troca de experiências e aprendizado tanto para pacientes quanto para as alunas. Atividades como essa são essenciais no serviço de saúde.

Palavras-chave: Câncer de mama; Prevenção; Educação em saúde.

INTRODUÇÃO

A neoplasia de mama, ou câncer de mama (CA) como conhecemos, é uma doença causada pela multiplicação de células anormais desordenadas na mama, em alguns casos o

1. Graduanda em Enfermagem. Universidade Estadual do Ceará.

2. Graduanda em Nutrição. Universidade Estadual do Ceará.

3. Nutricionista. Especialista em Nutrição Oncológica. Mestre, Doutora e Professora Adjunta do Curso de Nutrição da Universidade Estadual do Ceará.

E-mail do autor: rayane.matias@aluno.uece.br

crescimento é tão expressivo que ocorre a formação de um tumor que impacta outros órgãos do corpo (Cruz *et al.*, 2023).

O Câncer de Mama possui uma de elevada prevalência no Brasil e, de acordo com O Instituto Nacional de Câncer - INCA, são estimados para 2025, 73.610 casos novos, o qual representa uma taxa ajustada de incidência de 41,89 casos por 100.000 mulheres (INCA, 2022). Diante disso, atividades mediadas por profissionais e graduandos de saúde, promovendo a discussão do tema são relevantes para um melhor prognóstico das pacientes e contribuem ativamente na mudança de hábitos, diminuindo os indicadores de saúde e melhorando a qualidade de vida.

A doença pode originar-se devido a diversos fatores, sejam eles idade, hereditariedade, uso prolongado de anticoncepcionais e comportamentos como o sedentarismo, obesidade e o consumo de álcool (COFEN, 2024). A obesidade é um grande marcador da doença, uma vez que tem relação direta com o seu desenvolvimento e recidiva, sobretudo em mulheres pós-menopausa (França *et al.*, 2008). Essa relação se dá pelo aumento dos indicadores de inflamação e mutações genéticas nas células do tumor (Martins Neto *et al.*, 2023).

Além de causar problemas à saúde, a obesidade exerce uma influência significativa sobre o diagnóstico do câncer de mama, uma vez que, a autoestima e a autoimagem da obesa é impactada negativamente nas ida a consultas médicas (Queiroz *et al.*, 2022). Isto interfere no manejo da doença e na realização de exames físicos e subsidiários, devido a obstáculos e limitações que comprometem a detecção precoce e muitas vezes o tratamento adequado.

Com este propósito, a ação de educação em saúde propõe utilizar estratégias que ajudem o indivíduo a modificar condutas que alterem o seu cotidiano e garantam um aprendizado. Desta forma, para que a população possa se sentir mais segura e capacitada para a prevenção, enfrentamento e transmissão de conhecimento sobre essa doença, a comunicação, capacitação e engajamento dos profissionais deve ser transformado (Lourenço *et al.*, 2020).

As alunas que realizaram a dinâmica são dos cursos de bacharelado em Enfermagem e Nutrição da Universidade Estadual do Ceará. O trabalho em equipe se torna eficaz devido à complementação das duas áreas da saúde, uma vez que o enfermeiro assegura o cuidado e a assistência ao paciente, e o nutricionista promove mudanças de hábitos alimentares e metas terapêuticas, visando a prevenção e o agravo de doenças. Ambas auxiliam na melhora do estado de saúde do paciente e são ciências que contribuem para a promoção da

saúde, utilizando as ferramentas interligadas: alimentação e cuidado. As alunas, desde a graduação, são estimuladas a ter um contato direto com pacientes, transmitindo conhecimento mútuo (Carvalho *et al.*, 2020). Uma vez que, de acordo com Dourado *et al.* (2022), as estratégias de diagnóstico precoce estão baseadas em três pilares: população munida de conhecimento, profissionais capacitados e sistemas e serviços de saúde eficientes.

Diante disso, a neoplasia mamária representa um significativo desafio à saúde pública no Brasil, afetando inúmeras mulheres e podendo resultar em óbito, caso o diagnóstico seja tardio e exista fatores que favoreçam a progressão da doença. O presente estudo tem como objetivo descrever um relato de experiência de membros do Grupo de Estudos, Pesquisa e Inovação em Nutrição Oncológica (GENO) da UECE realizado por alunas da graduação de Enfermagem e Nutrição sobre uma ação educativa a respeito de condutas de prevenção do câncer de mama no Instituto de Prevenção do Câncer do Ceará (IPC), localizado em Fortaleza.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, o qual visa registrar as experiências adquiridas, registrando as experiências e tendo como característica principal a descrição das intervenções (Mussi, 2021), e descreve a ação realizada no Instituto de Prevenção do Câncer (IPC), promovida pelo Grupo de Estudo, Pesquisa e Inovação em Nutrição Oncológica (GENO) da Universidade Estadual do Ceará, trazendo conhecimentos sobre nutrição e prevenção ao câncer de mama, em alusão ao Outubro Rosa. Essa experiência aconteceu devido a um convite ao Grupo GENO pela coordenação do IPC.

O público-alvo destinado seriam mulheres com e sem câncer que estariam na sala de espera onde as mesmas realizam suas consultas. Segundo Nora *et al.* (2009), é uma metodologia assistencial em que é possível estimular a humanização do atendimento, criando espaços de diálogo e um serviço mais humano.

A ação ocorreu no dia 16 de outubro de 2024, durante o período da tarde, iniciando-se às 13:30 horas na sala de espera do ambiente, e contou com a participação da coordenadora e diretora da instituição, além das duas integrantes do Grupo GENO, alunas de graduação, e a nutricionista mestrandia responsável. Ao todo, foram feitas interações com 3 grupos com aproximadamente 10 mulheres em cada.

A atividade teve início com uma breve apresentação das integrantes da equipe e uma explanação a respeito do câncer de mama e a importância de um diagnóstico precoce.

Para o seu desenvolvimento, foi utilizada uma roleta, que pertence ao grupo, e um mimo como forma de motivação e agradecimento pela participação. A roleta era composta por 7 espaços, os quais possuíam imagens destinadas a recomendações de prevenção do câncer do World Cancer Research Fund (WCRF, 2007). Essas recomendações são de suma importância e indicadas pelos profissionais de saúde em uma perspectiva global.

Primeiramente, foi solicitado que as pacientes se voluntariassem para participar da atividade, quando uma participante girava a roleta e ela parava, os membros da equipe perguntavam se a participante, ou alguém, tinha algum conhecimento a respeito da imagem em que a roleta havia parado. Em seguida, foram feitas perguntas de verdadeiro ou falso a respeito da imagem sorteada para uma discussão posterior a respeito da recomendação. Após, iniciava-se uma explanação sobre a imagem e seu significado, acompanhada das recomendações da World Cancer Research Fund e sugestões de hábitos que poderiam ser adotadas no cotidiano para promover a mudança do estilo de vida.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A sala de espera constitui um espaço importante para promoção da educação em saúde através da construção coletiva de saberes, troca de vivências e fortalecimento de vínculos entre usuários e profissionais. É o local onde se inicia o contato do usuário do sistema com os profissionais da saúde, podendo funcionar como uma porta de entrada para atenção básica, enquanto os usuários aguardam pelo atendimento (Dias *et al.*, 2019).

A sala de espera foi realizada em uma instituição de referência em diagnóstico e tratamento precoce de lesões precursoras do câncer no estado do Ceará, o qual foi criado em 1969, com objetivo de contribuir para a melhoria da qualidade de vida das mulheres, prezando diminuir a morbimortalidade pelo câncer de colo do útero e de mama (Ceará, 2025). Além de contar com uma gama de especialidades na realização de consultas, o local realiza exames de mamografia, colposcopia, histeroscopia, citopatologia e cirurgias como conização do colo a frio, cirurgia de alta frequência (CAF) e excisão de nódulos de mama. Também oferece fisioterapia, especialmente para mulheres mastectomizadas, visando à recuperação da funcionalidade dos membros superiores.

A ação educativa promovida pela mestranda responsável e pelas duas alunas de graduação da UECE, em parceria com o Instituto de Prevenção do Câncer do Ceará (IPC), contou com a participação de três grupos de pacientes, com aproximadamente 10 mulheres em cada grupo as quais estavam na sala de espera da instituição, aguardando suas consultas.

Inicialmente, foi realizada a apresentação da nutricionista mestranda e das alunas de graduação. Logo após, foi informado que a dinâmica seria em alusão ao Outubro Rosa e iniciou-se uma breve explanação sobre o câncer de mama. Em seguida, foi mostrada a roleta na qual é composta por 7 imagens baseada nas recomendações da A World Cancer Research Found (WCRF, 2007).

A World Cancer Research Fund (WCRF), criada em 2007, com o American Institute for Cancer Research (AICR), demonstra um conjunto de recomendações para a prevenção do câncer e sua recidiva. Ao todo, são disponibilizadas no site oficial dez recomendações para a prevenção de todos os tipos de câncer (WCRF, 2025).

As imagens dispostas na roleta eram: carne vermelha, que remete à limitação do consumo de carne vermelha e carne ultraprocessada; grão integrais, vegetais, frutas e feijões, que remetem ao bom consumo de fibras e vitaminas essenciais para a saúde; um tênis, que representa a importância de ser fisicamente ativo; uma balança, que demonstra a importância de ter um peso saudável; uma bebida alcoólica, que remete à limitação do consumo de bebidas alcoólicas, prezando a redução de danos; um copo representando um refrigerante, representando à limitação do consumo de bebidas açucaradas, e um hambúrguer, que remete à limitação do consumo de fast food e outros alimentos ultraprocessados ricos em gorduras, amidos ou açúcares (WCRF, 2025).

Também é possível encontrar mais três recomendações que não fizeram parte da ação educativa, são elas: o incentivo a amamentação no seio até os seis meses de vida dos filhos, o não uso de suplementação para a prevenção do câncer e uma que reforça a utilização das recomendações, principalmente em sobreviventes de câncer, visando prevenir a recidiva.

De acordo com Bavaresco *et al.* (2016), após o tratamento adjuvante para o câncer de mama, a maioria das mulheres não aderem às recomendações do WCRF/AICR quanto ao peso corporal e Circunferência da Cintura adequados, prática regular de atividade física e densidade energética da dieta. Portanto, é fundamental adotar estratégias de intervenção, como educação em saúde nestes ambientes para reforçar as medidas de cuidado às pacientes e a redução dos casos.

Durante a dinâmica, foi notado que as participantes se sentiram cada vez mais à vontade para sanar dúvidas e dar dicas para as outras pacientes. Isso permitiu que fossem abordados assuntos além das imagens colocadas na roleta, as quais foram uma ferramenta fundamental para a interação com elas, uma vez que, de forma descontraída, abordamos assuntos de suma importância. Conforme Silva *et al.* (2019), a educação em saúde por meio

do diálogo participativo e crítico pode refletir a respeito dos problemas que estão relacionados à sua qualidade de vida em geral, trazendo sugestões de como minimizá-los.

A enfermagem possui um papel importante na promoção da saúde e se faz necessária nestes momentos devido à identificação das necessidades dos pacientes, principalmente queixas e situações que acometem seu cotidiano, além da identificação de possíveis sinais clínicos. Logo, isso é reafirmado nas análises de Costa *et al.* (2020). Ao incorporar práticas pedagógicas na sua rotina profissional, o enfermeiro pretende transferir ou ensinar práticas de cuidado à saúde, a partir do relato de problemas, experiências e atitudes do próprio paciente e/ou familiar vivenciadas diariamente”.

O nutricionista assume um papel importante quando nos referimos à educação nutricional, uma vez que a alimentação é um dos principais fatores para a saúde humana. Ele contribui principalmente promovendo mudanças nos hábitos alimentares e em diversos níveis de atenção ao paciente, desde a prevenção de doenças até o tratamento e a recuperação da saúde.

CONCLUSÃO

Portanto, nota-se que iniciativas como essa são de suma importância tanto para o aprendizado da equipe e, principalmente, no desenvolvimento acadêmico, quanto para as pacientes que estavam no local. A sala de espera é um ambiente que possibilita o contato direto com as pacientes, trazendo discussões pautadas no conhecimento científico e em saberes do cotidiano, auxiliando também na erradicação de estigmas enraizados a respeito do câncer e promovendo melhorias no bem-estar geral.

As participantes foram bastante receptivas, principalmente na abordagem inicial, e participativas ao longo da atividade. Não houve limitações que pudessem comprometer o desenvolvimento da atividade, uma vez que, desde o início, foi estimulado o diálogo para deixá-las à vontade e confortáveis. Na sala de espera, foi possível promover um momento de troca de saberes, além de expandir os vínculos de confiança entre as alunas e as participantes, as pacientes relataram suas dúvidas e preocupações e adquiriram mais conhecimento sobre o tema debatido.

Diante deste cenário, houve uma boa troca de experiências e saberes. Futuramente novas ações podem ser realizadas, com mais graduandos, abordando a temática e introduzindo suas respectivas áreas para agregar à equipe e transmitir conhecimento para mais pacientes, almejando alcançar uma melhora na qualidade de vida.

REFERÊNCIAS

AMORIM, M. I. S. P. L. **Qualidade de vida e coping na doença crônica: Um Estudo com diabéticos não insulíndependentes**. 1999. 181 p. Dissertação (Mestrado em Psiquiatria e Saúde Mental). Universidade do Porto, Porto, 1999. Disponível em: <https://repositorio-aberto.up.pt/handle/10216/9890>. Acesso em: 10 mar. 2025.

BAVARESCO, T. P. F. *et al.* Adesão às recomendações do World Cancer Research Fund/American Institute for Cancer Research de mulheres durante tratamento para o câncer de mama. **Nutrición clínica y dietética hospitalaria**, v. 36, n. 2, p. 150-157, 2016. DOI: 10.12873/362bavarescohaiany . Acesso em: 11 mar. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Instituto Nacional de Câncer. **Câncer de mama: Vamos falar sobre isso**. 8. ed. rev. e atual. Rio de Janeiro : INCA, 2023. 12 p. Disponível em: https://www.inca.gov.br/sites/ufu.sti.inca.local/files/media/document/cartilha_cancer_de_mama_2022_visualizacao.pdf. Acesso em: 25 de março de 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. **05/02 – Dia Nacional da Mamografia 2025**. Biblioteca Virtual em Saúde MS, 2025. Disponível em: <https://bvsm.ms.saude.gov.br/05-02-dia-nacional-da-mamografia-2025/>. Acesso em: 11 mar. 2025.

CARVALHO, A. C. L. C. *et al.* Nutrição e Enfermagem: Atenção Multidisciplinar na promoção de saúde no ambiente hospitalar. **Editora Atenas**, v. 4 , p. 152-163, 2020. DOI: 10.22533/at.ed.713201012. Acesso em: 13 mar. 2025.

CEARÁ. Governo do estado do Ceará. Secretaria da Saúde. **Instituto de Prevenção do câncer**. Disponível em: <https://www.saude.ce.gov.br/ipc/>. Acesso em: 17 mar. 2025.

CRUZ, I. L. *et al.* Câncer de Mama em mulheres no Brasil: epidemiologia, fisiopatologia, diagnóstico e tratamento: uma revisão narrativa. **Brazilian Journal of Development**, v. 9, n. 2, p. 7579–7589, 2023. DOI: 10.34117/bjdv9n2-096. Acesso em: 11 mar. 2025.

DAVI, J. D. S.; SILVA, L. T. S.; SILVA, C. S. A sala de espera como estratégia de educação em saúde no contexto da atenção básica. **Revista de Pesquisa em Saúde**, v. 23, n. 1, 10 Jan 2024. Disponível em: <https://periodicoseletronicos.ufma.br/index.php/revistahuufma/article/view/20767>. Acesso em: 11 mar. 2025.

DIAS, G. S. A. **Sala de espera como espaço para promoção da educação em saúde na atenção básica**. 2019. 13 f. Trabalho de conclusão de curso (Licenciatura em Serviço Social) - Universidade Federal do Piauí, Piauí. 2019. Disponível em: https://ares.unasus.gov.br/acervo/html/ARES/13571/1/Artigo_Gabriela.pdf. Acesso em: 14 mar. 2025.

DOURADO, C. A. R. O. *et al.* Câncer de mama e análise dos fatores relacionados aos métodos de detecção e estadiamento da doença. **Cogitare Enfermagem**, v. 27, p. e81039, 2022. Disponível em : <https://doi.org/10.5380/ce.v27i0.81039> . Acesso em : 14 mar. 2025.

FRANÇA, A. P.; ALDRIGHI, J. M.; MARUCCI, M. F. N. Fatores associados à obesidade global e à obesidade abdominal em mulheres na pós-menopausa. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v. 8, p. 65-73, 2008. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1519-38292008000100008>. Acesso em: 13 mar. 2025.

LOURENÇO, C. S. *et al.* Entendendo o câncer de mama: educação em saúde. **Enfermagem em Foco**, v. 11, n. 6, 2020. Disponível em: <http://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/3688>. Acesso em: 11 mar. 2025.

NETO, A. J. M.; BRANDENBURG, D. C. L.; CENTA, A. Obesidade como um fator de risco para o desenvolvimento de câncer: uma revisão narrativa. **Revista Contemporânea**, v. 3, n. 11, p. 22153-22180, 2023. Disponível em: <https://ojs.revistacontemporanea.com/ojs/index.php/home/article/view/2264>. Acesso em: 13 mar. 2025.

NORA, C. R. D.; MÂNICA, F.; GERMANI, A. R. M. Sala de espera uma Ferramenta para Efetivar a Educação em Saúde. **Saúde e Pesquisa**, v. 2, n. 3, 2009. Disponível em : <https://periodicos.unicesumar.edu.br/index.php/saudpesq/article/view/1125>. Acesso em : 13 mar. 2025

OLIVEIRA, S. M. Estimativa 2018: Incidência de câncer no Brasil. **Revista Brasileira de Cancerologia**, v. 64, n. 1, p. 119-120, 2018. Disponível em: <https://bvsm.s.saude.gov.br/inca-lanca-a-estimativa-2023-incidencia-de-cancer-no-brasil/>. Acesso em : 12 mar. 2025.

QUEIROZ, E. A. I. F. *et al.* Obesidade e câncer: mecanismos envolvidos e intervenções terapêuticas. **Scientific Electronic Archives**, v. 15, n. 3, 2022. DOI: 10.36560/15320221522. Acesso em: 10 mar.2025

SILVA, B. *et al.* Avaliação acerca do conhecimento sobre a Dengue em jovens em idade escolar. **ABCS Ciências da Saúde** , v. 1, p. 9-14. 2019. DOI : <https://dx.doi.org/10.7322/abcshs.v44i1.1068>. Acesso em : 13 mar. 2025

WCRF - World Cancer Research Fund. **Our recommendations for cancer prevention**. London: WCRF, 2024. Disponível em: <https://www.wcrf.org/preventing-cancer/cancer-prevention/our-cancer-prevention-recommendations/>. Acesso em: 09 mar. 2025.