



Palestras educativas sobre a saúde da mulher

Educational Lectures on Women's Health

RESUMO

No Brasil, o câncer constitui um problema de saúde tanto entre homens quanto entre mulheres. A prevenção dessa patologia e o diagnóstico precoce são estratégias essenciais para reduzir o risco de desenvolvimento da doença. O objetivo deste projeto foi realizar atividades de conscientização sobre a prevenção do câncer de mama e do colo do útero no município de Coari, Amazonas. O projeto de extensão foi desenvolvido em unidades básicas de saúde por meio de palestras e oficinas. Como resultado, observou-se um aumento na conscientização sobre as formas de prevenção dessas patologias, além do esclarecimento sobre hábitos mais saudáveis, locais para realização dos diagnósticos e a importância do autoexame. Conclui-se que projetos de extensão em saúde desempenham um papel crucial na conscientização da população e contribuem para uma melhor qualidade de vida.

Palavras-chave: Câncer. Atividades educativas. Prevenção. Projeto de extensão.

*Correspondência:
Autor: Thacyara K. C. Cunha
Email: thacykaline@gmail.com

ABSTRACT

In Brazil, cancer is a public health issue affecting both men and women. The prevention of this disease and early diagnosis are essential strategies to reduce the risk of its development. This project aimed to carry out awareness activities on the prevention of breast and cervical cancer in the municipality of Coari, Amazonas. The extension project was conducted in primary healthcare units through lectures and workshops. As a result, there was an increase in awareness regarding the prevention of these diseases, as well as clarification on healthier habits, locations for diagnosis, and the importance of self-examination. It is concluded that health extension projects play a crucial role in raising public awareness and contribute to a better quality of life.

Keywords: Cancer. Educational activities. Prevention. Extension project.

Recebido: 27/02/2025
Aceito: 11/04/2025
Publicado: 29/08/2025

Licença

Copyright (c) 2025 Revista
Voos Polidisciplinar

Este trabalho está licenciado
sob uma licença [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

INTRODUÇÃO

O câncer é uma das principais causas de morbidade e mortalidade em todo o mundo, especialmente em países subdesenvolvidos, devido aos desafios na implementação de políticas públicas de prevenção e detecção precoce, afetando tanto homens quanto mulheres (INCA, 2023). No entanto, com a adoção de medidas eficazes de prevenção, é possível reduzir significativamente o risco de desenvolver essa doença. A prevenção do câncer envolve a adoção de um estilo de vida saudável, exames de detecção precoce e a conscientização sobre fatores de risco (Binotto & Schwartzmann, 2020).

A etiologia do câncer pode estar associada a diversos fatores, como obesidade, sedentarismo e histórico genético/familiar. Além disso, fatores ambientais, incluindo a exposição à radiação ionizante, podem influenciar o desenvolvimento da doença. A idade também é um fator determinante, aumentando o risco conforme os anos passam, atingindo seu pico em mulheres por volta dos 50 anos (INCA, 2023).

Adotar um estilo de vida saudável é crucial para a prevenção do câncer. Isso inclui manter uma dieta equilibrada, rica em frutas, legumes e grãos integrais, evitando o consumo excessivo de carne vermelha, alimentos processados e tabaco. Estudos indicam que uma alimentação saudável está associada à redução do risco de diversos tipos de câncer, como câncer de cólon, mama e próstata (Leite *et al.*, 2021).

Além disso, a prática regular de exercícios físicos desempenha um papel essencial tanto na prevenção quanto no enfrentamento e reabilitação do câncer (Siqueira *et al.*, 2021). A atividade física ajuda a manter um peso saudável, fortalece o sistema imunológico e reduz o risco de certos tipos da doença, como câncer de mama e cólon.

A detecção precoce é outra estratégia crucial na prevenção do câncer. Exames regulares de rastreamento podem identificar células cancerígenas em estágios iniciais, aumentando as chances de sucesso no tratamento. Mulheres devem realizar mamografias regularmente para detectar precocemente o câncer de mama, enquanto os homens devem realizar exames de próstata, como o PSA e o toque retal, para o diagnóstico precoce do câncer de próstata (Fornazari *et al.*, 2022).

A conscientização sobre os fatores de risco também é fundamental. Tanto homens quanto mulheres devem estar cientes de que tabagismo, consumo excessivo de álcool, exposição ao sol sem proteção, obesidade, contato com substâncias tóxicas e sedentarismo podem aumentar a probabilidade de desenvolver câncer. A prevenção do câncer não apenas beneficia os indivíduos, mas também contribui para a saúde pública como um todo.

O objetivo deste trabalho é relatar as atividades desenvolvidas no projeto "Palestras Educativas sobre a Saúde da Mulher", destacando os benefícios das ações extensionistas para a comunidade.

PERCURSO METODOLÓGICO

A metodologia empregada neste projeto baseou-se na realização de palestras de educação em saúde, com intuito informativo e preventivo para a população. Ao todo, foram ministradas seis palestras: cinco ocorreram em Unidades Básicas de Saúde (UBSs), e uma foi realizada em uma universidade, com participação de uma equipe multidisciplinar. O público-alvo incluiu mulheres que foram convidados a participar das atividades extensionistas nos locais do projeto.

Para a realização das palestras, os enfermeiros das UBSs foram contatados, e as datas foram agendadas. O palestrante apresentou o tema durante os meses de julho, agosto e novembro de 2024. Cada palestra teve duração aproximada de 40 minutos, seguida de uma roda de conversa para discutir o tema e esclarecer dúvidas dos participantes.

Antes das palestras, foi realizada uma pesquisa prévia para identificar informações relevantes sobre o câncer, incluindo estatísticas, fatores de risco, métodos de detecção precoce, tratamentos e prevenção. Além disso, foram promovidos encontros de planejamento e capacitação da equipe, assim como a elaboração de materiais de apoio, como banners explicativos sobre o câncer, seus sintomas e fatores de risco. Também foram abordados o autoexame e o processo de diagnóstico.

A palestra era iniciada com uma introdução teórica sobre o câncer, abordando questões básicas sobre os fatores de risco e sintomas. Foi explicado a importância da detecção precoce e a necessidade de hábitos saudáveis para prevenir a doença. Houve momentos interativos para envolver as participantes, com perguntas para averiguar se havia dúvidas e incentivo a participação ativa.

Foi realizado a demonstração prática do autoexame da mama, explicando passo a passo como as mulheres podem realizar esse procedimento em casa. Foi apresentado ilustrações e instruções sobre as etapas de autoexame.

Ao final, houve uma roda de conversa em que os participantes puderam fazer perguntas, esclarecer dúvidas e expor o que aprenderam sobre a atividade educativa. Isso contribui para a identificação dos pontos fortes e áreas que poderiam ser aprimoradas em atividades futuras.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A promoção e a prevenção da saúde são pilares fundamentais da atenção básica, permitindo um acompanhamento mais eficaz da comunidade e visando à melhoria da saúde e da qualidade de vida. Com o avanço tecnológico e a rápida difusão de informações, observa-se que, além das notícias verdadeiras, circulam muitos boatos e informações que nem sempre condizem com a realidade.

Nesse sentido, projetos ou campanhas de prevenção, seja por parte do governo ou de ações educativas na área da saúde, vêm sendo relatados como estratégias eficazes para capacitar a comunidade e incentivar o autocuidado. A disseminação dessas informações não apenas capacita a população, mas também esclarece dúvidas sobre a manutenção da saúde e a melhoria do bem-estar, corrigindo equívocos e reforçando a importância de determinados temas (Herculano *et al.*, 2024; Abeiya *et al.*, 2024).

A atividade extensionista envolveu a colaboração dos profissionais das UBSs e contou com uma boa adesão do público participante. As palestras e os temas abordados seguiram o que foi descrito na metodologia. As apresentações ocorreram nos períodos diurno e noturno e contaram com a participação de mais de 200 pessoas. O público-alvo era composto por pacientes que buscavam atendimento nas UBSs e que aceitaram participar da ação extensionista.

Uma das palestras foi realizada em uma UBS voltada para a população ribeirinha. Observa-se que essa população reside em diferentes localidades, muitas vezes distantes da zona urbana do município, e costuma apresentar alta demanda nos serviços das UBSs. No dia da apresentação, o local reuniu aproximadamente 50 pessoas, e as atividades foram realizadas em dois dias.

Além disso, foi realizada uma palestra em outras UBSs, em conjunto com alunos de uma faculdade particular que estavam estagiando no local. Eles participaram da ação ministrando uma palestra sobre o Outubro Rosa, uma campanha comum nesse período do ano. Os temas abordados incluíram o câncer de mama e o câncer do colo do útero, com um público de cerca de 30 pessoas em cada UBS.

Outra palestra foi realizada em uma instituição de ensino superior (IES), em parceria com alunos do SENAC que estavam cursando disciplinas relacionadas à oncologia na enfermagem. Junto com a professora do curso, eles conduziram uma palestra sobre o Outubro Rosa, alcançando um público de aproximadamente 50 pessoas.

No geral, tanto os profissionais quanto o público receberam bem a palestra. Durante as apresentações, houve perguntas, discussões e esclarecimento de dúvidas sobre o tema abordado. Ao serem questionadas sobre a realização do autoexame, algumas participantes afirmaram ter conhecimento básico sobre o procedimento e relataram que o realizavam com certa frequência. Na Figura 1, é possível visualizar uma das atividades sendo executadas.

Figura 1 – Realização de palestras educativas sobre a saúde da mulher e a prevenção de câncer.



Fonte: Os autores, 2025.

A única ressalva foi uma palestra realizada em uma faculdade particular, na qual nenhum ouvinte fez perguntas ou apresentou algum caso especificamente para debater o assunto. Acredita-se que esse fato tenha ocorrido, provavelmente, porque os ouvintes eram graduandos de um curso na área da saúde, o que pode ter resultado em falta de interesse, já que consideravam os temas abordados como conhecimentos comuns a eles. No entanto, em todas as outras ações nos demais locais aplicados, o resultado foi muito positivo, com ampla participação da comunidade.

Observou-se um aspecto recorrente nas ações extensionistas: muitos participantes tinham uma concepção equivocada sobre o câncer. Ainda é comum a associação dessa doença a um quadro terminal, com poucas possibilidades de cura. Durante a roda de

conversa, foi possível esclarecer os diferentes níveis e classificações do câncer, explicando que as células alteradas, sejam benignas ou malignas, podem ser contidas e removidas. Os participantes foram tranquilizados por meio de orientações e esclarecimentos sobre suas dúvidas.

Além disso, ressaltou-se que nem sempre as alterações indicam a presença de câncer e que, no caso da mama, por exemplo, há modificações naturais que ocorrem em diferentes fases do ciclo.

Buscou-se utilizar uma linguagem simples e contextualizada para explicar as etapas do processo de busca por atendimento, desde a atenção básica até o CECON, em Manaus. Durante a roda de conversa, alguns participantes elogiaram a iniciativa do projeto, demonstrando que houve uma melhor compreensão sobre o tema. Ao final de cada ação, eram entregues lembrancinhas com o intuito de incentivar o autocuidado (Figura 2).

Figura 2 – Brinde entregue para os participantes durante o mês do outubro rosa.



Fonte: elaborado pelos autores, 2025.

No Brasil, o rastreamento do câncer é oportunístico, e o esclarecimento, o diagnóstico precoce e o acompanhamento por parte da equipe multidisciplinar, além das campanhas de mídia, são importantes para minimizar a taxa de acometimento (Rocha *et al.*, 2021).

Sabe-se que há muitas campanhas e políticas públicas com esse objetivo, visando fortalecer as políticas de saúde para a mulher, como o Programa de Assistência Integral à Saúde da Mulher (PAISM), que vem promovendo importantes avanços na promoção da saúde feminina, oferecendo esclarecimentos e orientações (Brasil, 2004). No entanto, nem sempre é possível alcançar toda a comunidade.

As ações educativas na área da saúde vêm contribuindo de forma significativa para instruir a população sobre o autocuidado em relação a diversos temas relevantes para a saúde pública. Essas atividades ocorrem tanto de forma presencial quanto por meio de recursos tecnológicos virtuais (Silva *et al.*, 2023). No entanto, é necessário ter prudência e cautela com as informações obtidas.

No estudo de Villa *et al.* (2021) sobre a qualidade dos vídeos relacionados ao câncer de mama na plataforma YouTube, foram analisados os 200 vídeos mais visualizados, e concluiu-se que cerca de 53% eram considerados ruins ou péssimos, com conteúdos de qualidade limitada e pouca contribuição para o incentivo a comportamentos de autocuidado necessários para a prevenção do câncer de mama. Isso ocorre porque o direcionamento dos temas abordados nesses vídeos se desvincula do proposto pelos órgãos regulamentadores de saúde pública.

É fundamental que a equipe multiprofissional invista e desenvolva estratégias para reforçar o diagnóstico precoce. De acordo com Migowski (2021), são recomendadas três estratégias: (1) conscientização, por meio de ações de educação em saúde; (2) protocolo de encaminhamento de casos prioritários com sintomas suspeitos, mediante a notificação de doença compulsória e referência a outra instituição conforme o caso; e (3) confirmação diagnóstica realizada por um médico especialista, se necessário, sempre se adaptando às especificidades da área e às condições individuais da paciente.

Apesar do grande número de diagnósticos realizados durante campanhas como o Outubro Rosa e o Novembro Azul, ainda há dificuldades na adesão ao rastreamento (Ohl *et al.*, 2016). Dessa forma, os projetos extensionistas que promovem a aproximação da comunidade com a universidade são fundamentais nessa força-tarefa de esclarecimento e melhoria da saúde e da qualidade de vida da população.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esse projeto contribuiu para esclarecer dúvidas e contribuir para a promoção do autocuidado e da prevenção do câncer de mama e do colo de útero. Durante as ações houve participação ativa da comunidade, demonstrando o interesse e a necessidade de esclarecimento sobre esses temas, permitindo que informações baseadas em evidências científicas fossem disseminadas de forma acessível e contextualizada.

Durante as atividades, identificou-se que ainda há concepções equivocadas sobre o câncer, muitas vezes associado a um diagnóstico terminal. No entanto, as palestras e rodas de conversa possibilitaram a desconstrução desses mitos, destacando a importância do diagnóstico precoce e dos tratamentos disponíveis, principalmente os que acontecem cidade de Coari. Além disso, constatou-se que as campanhas educativas são estratégias essenciais para reduzir a incidência e a mortalidade por essas doenças.

Outro ponto relevante foi o impacto positivo da aproximação entre universidade, profissionais da saúde e comunidade. A integração entre esses atores fortalece as ações preventivas e promove maior engajamento da população, incentivando hábitos saudáveis e a busca por acompanhamento profissional adequado.

Dessa forma, o projeto alcançou o objetivo proposto de conscientização e promoção da educação em saúde. Estimula-se a continuação de projetos educativos em saúde como estratégia para alcançar um número ainda maior de pessoas, garantindo que informações confiáveis e acessíveis continuem sendo disseminadas, reduzindo barreiras ao diagnóstico e fortalecendo a atenção básica em saúde.

REFERÊNCIAS

ABEIYA, Konde-Abalo *et al.* Prevenção do câncer de mama e do colo do útero como atividade educativa na saúde da mulher. **EXTRAMUROS-Revista de Extensão da UNIVASF**, v. 12, n. 1, p. 41-52, 2024.

BINOTTO, Monique; SCHWARTSMANN, Gilberto. Qualidade de vida relacionada à saúde de pacientes com câncer de mama: revisão integrativa da literatura. **Revista Brasileira de Cancerologia**, v. 66, n. 1, 2020.

BRASIL. **Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da Mulher: princípios e diretrizes**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 20024.

FORNAZARI, Yasmin Cristine *et al.* Câncer De Próstata, Prevenção, Diagnóstico E Tratamento. **Anais do Salão de Iniciação Científica Tecnológica** ISSN-2358-8446, 2022.

HERCULANO, Débora *et al.* Outubro Rosa - Um Toque De Cuidado. **REUNI Atenas**, [S. I.], v. 3, n. 1, 2024. Disponível em: <https://revistas.atenas.edu.br/reuni/article/view/548>. Acesso em: 26 fev. 2025.

INCA. Instituto Nacional de Câncer (Brasil). **CÂNCER DE MAMA : VAMOS FALAR SOBRE ISSO? / Instituto Nacional de Câncer**. 8. ed. rev. e atual. – Rio de Janeiro : INCA, 2023. Também disponível em: https://www.inca.gov.br/sites/ufu.sti.inca.local/files/media/document/cartilha_cancer_de_mama_2022_visualizacao.pdf

LEITE, Gabriel Carlos; RUHNKE, Bruna Faust; VALEJO, Fernando Antônio Mourão. Correlação entre tempo de diagnóstico, tratamento e sobrevida em pacientes com câncer de mama: uma revisão de literatura. In: **Colloquium Vitae**. ISSN: 1984-6436. 2021. p. 12-16.

MATOS SILVA, Daiane *et al.* Educação em saúde como forma de prevenção do câncer do colo do útero. **Brazilian Journal of Science**, v. 2, n. 4, p. 1-14, 2023.

MIGOWSKI, Arn. Sucesso do Outubro Rosa no Brasil: uma boa notícia para o controle do câncer de mama no país?. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 37, n. 11, p. e00247121, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/pdJTc4J3TpS6wK3CmgXfnpp/?lang=pt#> . <https://doi.org/10.1590/0102-311X00247121>

OHL, Isabella Cristina Barduchi *etal.* Ações públicas para o controle do câncer de mama no Brasil: revisão integrativa. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, DF, v. 69, n. 4, p. 793-803, 2016. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167.2016690424i>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/6TL9tKq7vNXvkQRMsWrnyNv/?lang=pt>. Acesso em: 22 jul. 2021.

ROCHA, Welmer Danilo Rodrigues; NOGUEIRA, Alexia Mariana da Silva.; ARAÚJO , Anna Laura Almeida de; SILVA, Kamilla Germana; SOUSA, Kyaren Sena da Silva. Nursing care in women's health with cervical cancer: integrative review. **Research, Society and Development**, [S. I.], v. 10, n. 15, p. e72101522606, 2021. DOI: 10.33448/rsd-v10i15.22606. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/22606> . Acesso em: 26 fev. 2025.

SILVA, Roberta Lima; DIAS, Luiz Paulo Leite Barros da Cunha; SANTANA, Gabriel Rodrigues Oliveira de; BARBOSA, Rafael Soares; SANTOS, Thaianne Coelho dos. Inteligência artificial no rastreamento do câncer de mama: novas tecnologias e suas influências na saúde da mulher. **Revista de Estudos Multidisciplinares UNDB**, [S. I.], v. 3, n. 3, 2023. Disponível em: <https://periodicos.undb.edu.br/index.php/rem/article/view/182>. Acesso em: 26 fev. 2025.

SIQUEIRA, Lais Reis *et al.* Qualidade de Vida Relacionada à Saúde de Mulheres com Câncer de Mama em Tratamento Radioterápico: Revisão Integrativa da Literatura. **Revista Brasileira de Cancerologia**, [S. l.], v. 67, n. 3, p. e–211264, 2021. DOI: 10.32635/2176-9745.RBC.2021v67n3.1264. Disponível em: <https://rbc.inca.gov.br/index.php/revista/article/view/1264>. Acesso em: 27 fev. 2025..

SOUZA, Gabriela Amaral *et al.* Linha de Cuidado do Câncer do Colo do Útero no Amazonas: uma Análise da Prevenção ao Tratamento de Lesões Precursoras. **Revista Brasileira de Cancerologia**, v. 67, n. 3, 2021.

VILLA, Larissa Silveira Carvalho; MELLO, Alex Del Cerro; GONÇALVES, José Vicente; GOMES DA SILVA, Tânia Maria; BERNUCI, Marcelo Picinin. Avaliação da qualidade dos vídeos sobre câncer de mama mais visualizados no YouTube: relevância para promoção da saúde da mulher. **Revista Eletrônica de Comunicação, Informação & Inovação em Saúde**, [S. l.], v. 15, n. 3, 2021. DOI: 10.29397/reciis.v15i3.2342. Disponível em: <https://www.reciis.icict.fiocruz.br/index.php/reciis/article/view/2342>. Acesso em: 26 fev. 2025.