

## O CONHECIMENTO DAS MULHERES EM RELAÇÃO AO AUTOEXAME DAS MAMAS

*Souza, AG<sup>1</sup>; Rocha, MR<sup>2</sup>; Cardoso, EAM<sup>3</sup>; Filipini, SM<sup>4</sup>*

Universidade do Vale do Paraíba – Avenida Shishima Rifumi, 2911 – Urbanova  
São José dos Campos/SP  
Fone: + 55 12 3947 000, FAX: + 55 12 3947 1015  
[www.univap.br](http://www.univap.br)

[amandacristal23@hotmail.com](mailto:amandacristal23@hotmail.com)  
[mrodriguesrocha@yahoo.com.br](mailto:mrodriguesrocha@yahoo.com.br)  
[elianeamcardoso@gmail.com](mailto:elianeamcardoso@gmail.com)  
[sfilipini@yahoo.com.br](mailto:sfilipini@yahoo.com.br)

**Resumo:** O câncer de mama é considerado um problema de saúde pública, que atemoriza muitas mulheres ocasionando grandes transtornos psicológicos. Pesquisas indicam impacto significativo do autoexame das mamas na detecção precoce do câncer de mama. A presente pesquisa objetivou analisar o conhecimento das mulheres sobre o autoexame das mamas, avaliando sua prática e frequência, investigando as dificuldades na realização e orientando-as sobre a sua importância. Trata-se de um estudo descritivo de caráter exploratório, com abordagem quantitativa, com 61 colaboradoras de uma cooperativa de consumo do Vale Paraíba, São Paulo. Para coleta de dados foi utilizado um formulário contendo questões fechadas. A maioria das mulheres pesquisadas confirmam que realizam a prática do exame, embora encontremos um percentual de mulheres que ainda não o realizam, a maioria referem falta de tempo. Concluímos que grande parte das entrevistadas conhece a técnica do autoexame das mamas, em contrapartida apresentam dúvidas ou desconhecem a periodicidade da realização do exame, executando a técnica de forma incorreta.

**Palavras-chave:** Câncer de mama; Autoexame das mamas; Diagnóstico precoce.

**Área do Conhecimento:** Enfermagem

### Introdução

O câncer de mama é considerado um grave problema de saúde pública, atemorizando muitas mulheres e ocasionando grandes transtornos psicológicos que abrange o mundo, entre eles o Brasil (MONTEIRO, et al, 2003).

Existem três principais métodos de rastreamento da neoplasia mamária conhecida como tríade: o autoexame das mamas (AEM), o exame clínico das mamas (ECM), e a mamografia (GONÇALVES et al, 2009).

É recomendável que o AEM seja realizado entre o 7º e 10º dia do ciclo menstrual, quando as mamas se apresentam mais flácidas e indolores. As mulheres que não apresentam ciclo menstrual, devido à menopausa, amamentação ou são histerectomizadas, indica-se que escolham uma data de cada mês para que seja realizado o AEM (INCA, 2002).

O conhecimento e a intimidade do próprio corpo facilitam na detecção de alguma anormalidade nas mamas, sendo possível o diagnóstico precoce, no entanto, muitas mulheres ainda não praticam o autoexame das mamas. (MULLER; et al, 2005).

A presente pesquisa objetivou analisar o conhecimento das mulheres sobre o autoexame das mamas, avaliando sua prática e frequência, investigando as dificuldades na realização e orientando-as sobre a sua importância.

### Metodologia

Trata-se de um estudo descritivo de caráter exploratório, com abordagem quantitativa realizado em uma cooperativa de consumo do Vale Paraíba, São Paulo, com 61 colaboradoras que se dispuseram ser voluntárias na presente pesquisa.

Inicialmente a Instituição foi contatada para a solicitação de autorização formal e a realização do estudo. O responsável pela unidade assinou o Termo de Consentimento da Instituição e o projeto de pesquisa foi então encaminhado para o Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade do Vale Paraíba (UNIVAP), recebendo aprovação sob o número do protocolo H182/CEP2010.

Todas as voluntárias relacionadas para o estudo foram convidadas, e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), concordando em participar da pesquisa, foi

garantindo-lhes o anonimato, e a não existência de quaisquer sanções ou prejuízos pela não participação ou desistência a qualquer momento ou fase da pesquisa.

Após aprovação legal do projeto pelo CEP da UNIVAP a coleta de dados foi realizada com o uso de formulários contendo questões fechadas.

**Resultados**

**Caracterização das amostras**

Nossa mostra constituiu-se de 61 voluntárias na faixa etária de 19 a 48 anos, com escolaridade: 1 (2%) ensino fundamental, 57 (93%) ensino médio, 3 (5%) ensino superior.

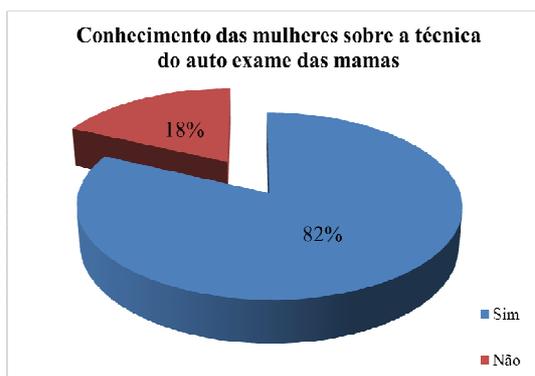
Em relação ao estado civil: 24 (39%) solteiras, 26 (43%) são casadas, 4 (7%) divorciada, 7 (11%) outros, 32 (52%) tem filhos, 29 (48%) não tem filhos; 30 (49%) amamentaram e 31 (51%) não amamentaram.

Constatou-se que 1 (2%) nunca consultou o ginecologista, 14 (23%) a cada 6 meses, 15 (24%) quando necessário e 31 (51%) consultam anualmente.

Quando questionadas sobre o conhecimento do que é o câncer de mama, 59 (97%) referem ter o conhecimento, 2 (3%) relataram não saber.

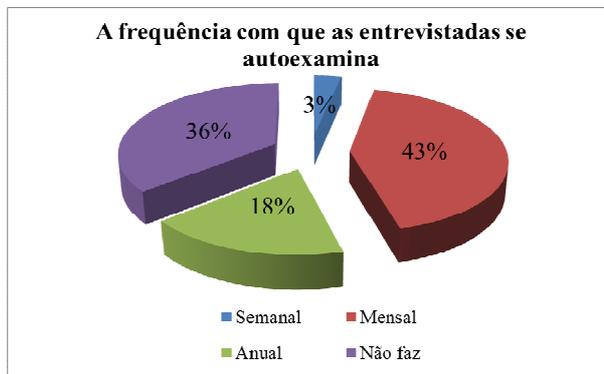
Entre as entrevistadas 12 (20%) referiram ter antecedentes familiares de câncer de mama e 49 (80%) não.

**Figura 1 - Conhecimento das mulheres sobre a técnica do autoexame das mamas**



Observa-se na figura 1, que 11 entrevistadas (18%) referem não conhecer a técnica correta do autoexame das mamas e 50 (82%) conhecem a técnica.

**Figura 2 – Frequência da realização do autoexame das mamas**



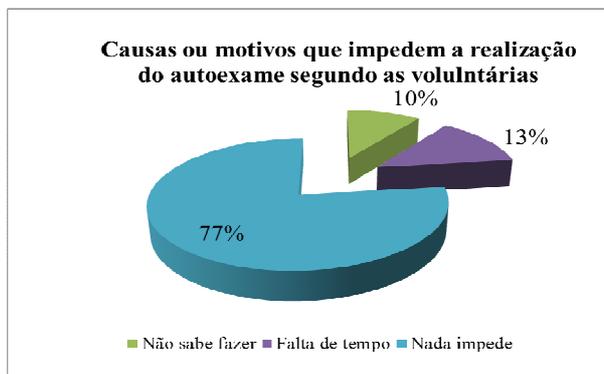
A figura acima (2) demonstra que 26 (43%) das entrevistadas realizam o AEM mensalmente, 22 (36%) não o realizam o autoexame, 11 (18%) realizam anualmente e 2 (3%) semanalmente.

**Figura 3 – Importância do autoexame das mamas**



Conforme demonstrado na figura 3 (100%) das voluntárias consideram que o autoexame das mamas é uma técnica importante para o diagnóstico precoce do câncer de mama.

**Figura 4 – Impedimento da realização do autoexame das mamas**



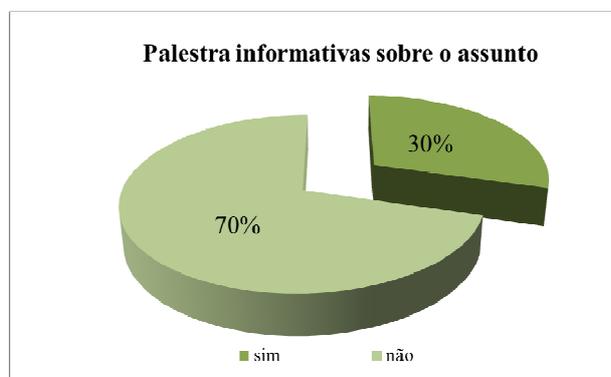
A figura (4) evidencia que 47 (77%) das mulheres entrevistadas não realizam o autoexame das mamas, porém relatam que não há nada que as impede de realizá-lo, 8 (13%) afirma que falta tempo para executar o exame e 6 (10%) relatam que não sabem fazê-lo.

**Figura 5 – Alterações encontradas nas mamas**



Na figura 5 conforme pesquisa realizada verificou-se que 49 (80%) das mulheres não encontraram nenhuma alteração das mamas durante a realização do exame e 12 (20%) referem ter encontrado algum tipo de alteração.

**Figura 6 – Participação em palestras sobre a importância da realização do autoexame**



Em relação à figura acima, observamos que 48 (70%) das voluntárias entrevistadas referem que nunca participaram de palestras ou campanhas educativas sobre o autoexame das mamas e 18 (30%) já participaram.

**Discussão**

Marinho et al (2003), referem que o diagnóstico precoce do câncer de mama está ligado ao acesso a informação para as mulheres, conscientizando-as sobre a importância do autoexame das mamas, do exame clínico e do exame de mamografia.

Ministério da Saúde (2007) recomenda que o autoexame das mamas seja realizado mensalmente após a menstruação. Para as mulheres que não apresentam ciclo menstrual como: no período da menopausa, as hysterectomizadas e as que amamentam devem escolher um dia de cada mês para a realização do autoexame (BRASIL, 2007).

O INCA (Instituto Nacional do Câncer 2011) afirma que a maneira eficaz para a detecção precoce do câncer de mama deve ser a realização do exame clínico das mamas e a mamografia e não somente o autoexame das mamas como uma tática isolada de detecção precoce do câncer de mama e sim que faça parte das ações educativas para a saúde e conhecimento do próprio corpo (BRASIL, 2011).

Marinho (2002) relata que a principal barreira para a realização é o esquecimento e afirma em seu estudo em (2003) que a realização do autoexame tem uma grande importância em países onde os recursos para a saúde pública são menores, apresentando dificuldade na realização de exames complementares.

Em contra partida Andrade (2010), ressalta que o autoexame das mamas isoladamente não é considerado um método adequado para o diagnóstico de câncer de mama, pois pode dar um resultado falso positivo ou a mulher diagnosticar uma anormalidade que não existe criando uma situação de medo impedindo-a de procurar um profissional da saúde.

**Conclusão**

Após a realização deste estudo podemos inferir algumas observações: que a maioria das voluntárias possuem conhecimento sobre a técnica e a relataram corretamente, mas ainda existem duvidas quanto à periodicidade do autoexame das mamas.

Apesar de possuírem conhecimento da técnica e reconhecer os benefícios da mesma, encontramos um número considerável de voluntárias que deixam de realizar a prática, mesmo não existindo obstáculos que as impedem.

Observamos na pesquisa que há um número significativo de voluntárias que encontraram algum tipo de anormalidades em suas mamas durante a realização do autoexame, muitas delas não procuraram um profissional de saúde após a detecção da anormalidade.

Espera-se que esta pesquisa possa contribuir trazendo benefício e conhecimento à população feminina sobre a importância do conhecimento de seu próprio corpo ajudando na detecção de anormalidades.

**Referências**

- ANDRADE, S. Queixas mais comuns das pacientes no consultório do Mastologista, 2010. Disponível em: <http://revife.com/2010/02/11/queixas-mais-comuns-das-pacientes-no-consultorio-do-mastologista/>. Acesso em: 14 de maio de 2011.
- BRASIL, Ministério da Saúde. INCA Instituto Nacional do Câncer. Falando Sobre o Câncer, Rio de Janeiro, 2002. Disponível em: [http://www.saude.pb.gov.br/web\\_data/saude/cancer/aula11.pdf](http://www.saude.pb.gov.br/web_data/saude/cancer/aula11.pdf). Acesso em: 31 Out. 2010.
- BRASIL. INCA – Instituto Nacional do Câncer. Detecção precoce do câncer de mama, 2011. Disponível em: [http://www.inca.gov.br/conteudo\\_view.asp?id=1932](http://www.inca.gov.br/conteudo_view.asp?id=1932). Acesso em: 16 de maio de 2011.
- BRASIL. Ministério da Saúde. INCA Instituto Nacional de Câncer. Mamografia: da prática ao controle, Rio de Janeiro, 2007. Disponível em: [http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/qualidade\\_mamografia.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/qualidade_mamografia.pdf). Acesso em: 02 Out. 2010.
- GONÇALVES, L. L. C., et al. Mulheres Portadoras de Câncer de Mama: Conhecimento e acesso às medidas de Detecção Precoce. Rev. Enferm. UERJ, 17(3):362-7, 2009. Disponível em: <http://www.facenf.uerj.br/v17n3/v17n3a11.pdf>. Acesso em: 17 Out. 2010.
- MARINHO, L. A. B. Rev. Bras. Ginecol. Obstet. Conhecimento, Atitude e Prática do Auto Exame da Mama e do Exame de Mamografia em Usuárias dos Centros de Saúde do Município de Campinas. vol.24 no.2 Rio de Janeiro Mar. 2002. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0100-72032002000200010&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0100-72032002000200010&script=sci_arttext). Acesso em: 14 de maio de 2011.
- MARINHO, L. A. B., et al. Conhecimento, atitude e prática do auto exame das mamas em centros de saúde. Rev. Saúde Pública, 37(5): 576-82, 2003. Disponível em: [www.scielosp.org/pdf/rsp/v37n5/17471.pdf](http://www.scielosp.org/pdf/rsp/v37n5/17471.pdf). Acesso em: 08 Ago. 2010.
- MONTEIRO, A. P. S., et al. Auto-Exame das Mamas: Frequência do Conhecimento, Prática e Fatores Associados. Universidade do Estado do Para, Centro de Saúde Escola do Marco e Anexo Unidade Materno Infantil, v.25, n3, 2003. Disponível em: [www.scielo.br/pdf/rbgo/v25n3/16623.pdf](http://www.scielo.br/pdf/rbgo/v25n3/16623.pdf). Acesso em: 13 set. 2010.
- MULLER, M. C., et al. A prática do auto-exame das mamas em mulheres de uma comunidade universitária. Psico-USF. v 10, n.2, p. 185-190, 2005. Disponível em: [http://www.saofrancisco.edu.br/edusf/publicacoes/RevistaPsicoUSF/Volume\\_04/uploadAddress/psico-10%5B6407%5D.pdf](http://www.saofrancisco.edu.br/edusf/publicacoes/RevistaPsicoUSF/Volume_04/uploadAddress/psico-10%5B6407%5D.pdf). Acesso em: 28 Out. 2010.