

REVISÃO / REVIEW / REVISIÓN

Breast self-examination, a technique associated with the breast cancer screening method.

Autoexame das mamas, uma técnica associada ao método de rastreamento do câncer de mama.

Autoexamen de mamas, una técnica asociada con el método de detección del cáncer de mama.

Sonia Pantoja Nascimento ¹

Monyka Brito Lima dos Santos.²

Rosalba Maria Costa Pessoa.³

DESCRIPTORES

Breast Cancer; Nursing care; Breast self-examination; Screening technique.

DESCRITORES

Câncer de Mama; Assistência de Enfermagem; Autoexame das mamas; Técnica de rastreio.

DESCRIPTORES

Câncer de mama; Cuidado de enfermagem; Autoexamen de mamas; Técnica de cribado.

ABSTRACT

Objective: To evaluate the efficacy of breast self-examination as a strategy associated with the breast cancer screening method.

Methods: Descriptive exploratory study with quantitative approach, conducted with 70 women screened in the active search. Data were collected through closed question forms, the analysis was performed using the statistical program SPSS 18.0 and approved by the Research Ethics Committee of the University Center for Science and Technology of Maranhão-UniFacema (CAAE No. 65864217.3.0000.8007) and according to the ethical resolution in research 466/2012.

Results: About the knowledge of Breast Self-Examination (AEM) it was found that 82.8% (58) of the sample is aware of the self-examination, 72.8% (51) were not instructed on how to do this procedure and 71.4% (50) never attended a talk about breast cancer. Regarding the practice of EMA, 62.8% (44) perform such conduct, where 48.5% (34) perform sporadically. Finally, it was investigated how they learned to do EMA, where 27.1% (19) were through TV, 5.7% (4) through magazine or pamphlet and 30% (21) reported that it was through healthcare professional.

Conclusion: AEM is a simple and inexpensive technique whose effectiveness minimizes the detrimental effects of late detection.

RESUMO

Objetivo: Avaliar a eficácia do autoexame das mamas como estratégia associada ao método rastreamento do câncer de mama.

Métodos: Estudo exploratório descritivo com abordagem quantitativa, conduzida com 70 mulheres rastreadas na busca ativa. Os dados foram coletados através de formulários com perguntas fechadas, a análise foi realizada por meio do programa estatístico SPSS 18.0 e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário de Ciência e Tecnologia do Maranhão-UniFacema (CAAE nº 65864217.3.0000.8007) e conforme a resolução ética em pesquisa 466/2012.

Resultados: A cerca do conhecimento do Autoexame das Mamas (AEM) constatou-se que 82,8% (58) da amostra tem consciência do autoexame, 72,8% (51) não foram instruídas de como fazer tal procedimento e 71,4% (50) nunca participaram de uma palestra acerca de câncer de mama. Quanto a prática do AEM, 62,8% (44) desempenham tal conduta, onde 48,5% (34) exercem de forma esporádica. Por fim averiguou-se de que forma aprenderam a fazer o AEM, onde 27,1% (19) foram através da TV, 5,7% (4) mediante revista ou panfleto e 30% (21) comunicaram que foi por meio do profissional de saúde.

Conclusão: O AEM é uma técnica simples e sem custo, cuja eficácia minimiza os efeitos danosos da detecção tardia.

RESUMEN

Objetivo: evaluar la eficacia del autoexamen de mamas como una estrategia asociada con el método de detección del cáncer de mama.

Métodos: estudio exploratorio descriptivo con enfoque cuantitativo, realizado con 70 mujeres seleccionadas en la búsqueda activa. Los datos se recopilaron a través de formularios de preguntas cerradas, el análisis se realizó utilizando el programa estadístico SPSS 18.0 y fue aprobado por el Comité de Ética de Investigación del Centro Universitario de Ciencia y Tecnología de Maranhão-UniFacema (CAAE No. 65864217.3.0000.8007) y de acuerdo con La resolución ética en la investigación 466/2012.

Resultados: Sobre el conocimiento del autoexamen de mamas (AEM), se encontró que el 82.8% (58) de la muestra conoce el autoexamen, el 72.8% (51) no recibió instrucciones sobre cómo realizar este procedimiento y 71.4 % (50) nunca asistió a una charla sobre cáncer de seno. Con respecto a la práctica de EMA, el 62.8% (44) realiza dicha conducta, donde el 48.5% (34) lo hace esporádicamente. Finalmente, se investigó cómo aprendieron a hacer EMA, donde el 27.1% (19) fueron a través de la televisión, el 5.7% (4) a través de una revista o folleto y el 30% (21) informaron que fue a través de profesional de la salud.

Conclusión: AEM es una técnica simple y económica cuya efectividad minimiza los efectos perjudiciales de la detección tardía.

¹Enfermeira-UniFacema. Caxias, MA, Brasil.

²Enfermeira-UniFacema, Caxias, MA, Brasil. Especializada em Enfermagem, em Ginecologia e Obstetrícia pela Faculdade UNYLEYA, Distrito Federal - Brasil.

³Enfermeira- UFPI. Docente pelo Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão - UniFacema. Mestre em Genética e Toxicologia Aplicada pela Universidade Luterana do Brasil. Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão - UniFacema. Caxias, MA, Brasil.

1. INTRODUÇÃO



A Ásia e a África ocupam o ranque de países com maior incidência (5,85% e 48,4% respectivamente) e mortalidade (7,3% e 57,3% respectivamente) por câncer. A Agência Internacional de Pesquisa sobre Câncer (IARC) supõe que os fatores que conduzem ao desenvolvimento da doença estão relacionados ao crescimento e envelhecimento da população, a larga exposição a fatores de risco que estão diretamente ligados ao desenvolvimento socioeconômico do país, contribuindo negativamente para o acesso ao diagnóstico precoce e a intervenções cabíveis.

O câncer de mama feminino é o câncer mais frequentemente diagnosticado, comum no Brasil e Europa, ocupa o primeiro lugar no índice de mortalidade, o diagnóstico precoce

e rastreamento da doença dependem do nível socioeconômico de cada país, ressaltando que a indisponibilidade de métodos de rastreio está voltada mais para os países subdesenvolvidos e em desenvolvimento o que impedi a organização e inserção de projetos que visam o incremento de ações para controle e rastreamento do câncer ⁽³⁾.

Dentre os métodos associados ao rastreamento do câncer de mama, o autoexame das mamas é o que permite a mulher se auto conhecer e conhecer a anatomia de sua mama, com isso há a possibilidade de detectar quaisquer alterações físicas em tempo oportuno, pois dentre os tipos de canceres de mama existente, há aqueles que não se manifestam apenas através de nódulos palpáveis, mas também por expressão mamaria ⁽⁴⁾.

Apesar de a mamografia ser o principal exame de rastreio do câncer de mama, ela é

limitada em países com nível socioeconômico médio e baixo devido ao seu alto custo e a necessidade de pessoal habilitado. O auto exame das mamas é um método fácil e sem custo, o que torna acessível as suas técnicas em países subdesenvolvidos que demandam necessidade de recursos, embora estudos relatem dados de baixa efetividade e eficácia do auto exame das mamas, compreende-se que a maior barreira na execução desse método está relacionado não ao custo-efetividade, mas, diretamente com o grau de instrução, o que desvaloriza a importância de se autoconhecer e desqualifica a forma correta de desempenhar o exame .

O conhecimento em relação à realização ao autoexame das mamas e a prática correta do mesmo está relacionada ao nível de escolaridade, estudos avaliam que com o aumento do grau de instrução, aumentaria também a prática do exame, o que possibilitaria a detecção precoce da doença e de modo consequente uma diminuição do índice de mortalidade, as mulheres que habitualmente realizam o autoexame das mamas já estão familiarizadas com as próprias mamas, o que as tornam capazes de perceber quaisquer alterações quando surgirem ⁽⁶⁾.

Os motivos que levaram ao desenvolvimento do tema estão relacionados ao conhecimento e prática do autoexame das mamas (AEM) os quais geram impacto no diagnóstico precoce e rastreamento organizado do câncer de mama. Assim objetivou-se avaliar a eficácia do autoexame das mamas como estratégia associada ao método rastreamento do câncer de mama.

2. MÉTODOS



Trata-se de uma pesquisa exploratória descritiva com abordagem quantitativa. A pesquisa contou com uma amostra de 70 mulheres subdivididas em rastreamento organizado e rastreamento oportunístico, com idade a partir de 20 anos, usuárias dos serviços de saúde de uma Unidade Básica de Saúde (UBS) localizada no município de Caxias - MA. Foram excluídas do estudo as mulheres menores de 20 anos, bem como aquelas que não exerciam de suas capacidades mentais e civis plenas.

Após convite para participar do estudo e mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, a coleta de dados ocorreu mediante a aplicação de formulário composto por perguntas fechadas, onde no ato da entrevista às mulheres da busca ativa, as mesmas foram convidadas à consulta de enfermagem que ocorreram no período de maio a agosto de 2017, intercalando entre os turnos da manhã e tarde.

Para a coleta de dados, as consultas de enfermagem foram acompanhadas na UBS de pesquisa. A análise de dados foi realizada por meio do programa estatístico SPSS 18.0. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário de Ciência e Tecnologia do Maranhão-UniFacema (CAAE nº 65864217.3.0000.8007) e conforme a resolução ética em pesquisa 466/2012.

Ao término do estudo ações de educação em saúde, orientações para prevenção do Câncer de Mama e autoexame das mamas, foram realizadas em palestra com as mulheres, com ênfase no público alvo.

Estes resultados foram apresentados ao Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão - UniFacema em exposição oral e

impressa, por meio de relatório final e também foram disponibilizados em meio impresso aos gestores Municipais e Secretaria Municipal de Saúde de Caxias-MA.

3. RESULTADOS

A tabela 1 reporta informações no que desrespeito ao conhecimento acerca do AEM (autoexame das mamas), onde se constatou que 82,8% (58) informaram ter consciência do procedimento, porém, 72,8% (51) não foram instruídas de como realizar o AEM e 71,4% (50) nunca participaram de uma palestra ou reunião acerca de câncer de mama.

Tabela 1- Avaliação do conhecimento das pacientes acerca do Autoexame das mamas (AEM) em Unidade Básica de Saúde. Caxias, MA. Brasil. (N=70).

VARIÁVEL			
CONHECIMENTO DO AEM (Autoexame das mamas)		N	%
Conhece o autoexame das mamas (AEM)? (N=70).	Sim	58	82,8
	Não	12	17,1
	Total	70	100
Você já recebeu instruções dos profissionais de saúde deste posto sobre como fazer o AEM? (N=70).	Não	51	72,8
	Não recorda	19	27,1
	Total	70	100
Nos últimos 4 anos você já participou de alguma reunião que falasse sobre câncer de mama na UBS?	Não	4	5,7
	Não recorda	50	71,4
	Sim	16	22,8
	Total	70	100

Fonte: Pesquisa direta. Caxias, MA, Brasil. 2019.

Ainda investigando acerca do AEM, a tabela 2 reporta informações quanto a prática do mesmo, onde constatou-se que 62,8% (44) desempenham a realização do AEM, sendo 48,5% (34) exercendo de forma esporádica. Por fim averiguou-se de que forma aprenderam a fazer o AEM, 27,1% (19) através da TV, 5,7% (4) mediante revista ou panfleto e 30% (21) comunicaram que foi por meio do profissional de saúde.

Tabela 2- Avaliação da prática do Autoexame das mamas (AEM) de pacientes em Unidade Básica de Saúde. Caxias, MA. Brasil. (N=70).

VARIÁVEL			
PRÁTICA DO AEM			
		N	%
Você realiza o AEM? (N=70).	Sim	44	62,8
	Não	26	37,1
	Total	70	100
De quanto em quanto tempo você realiza o AEM? (N=70).	Não realiza autoexame	26	37,1
	Mensal	6	8,5
	Trimestral	4	5,7
	Esporadicamente	34	48,5
Total	70	100	
Como você aprendeu a fazer AEM? (N=70).	Não realiza autoexame	26	37,1
	TV	19	27,1
	Revista ou panfleto	4	5,7
	Profissional de saúde	21	30
Total	70	100	

Fonte: Pesquisa direta. Caxias, MA, Brasil. 2019.

4. DISCUSSÃO



O autoexame das mamas é uma técnica de fácil acesso e aprendizado, as informações podem ser levadas até a comunidade de forma direta, através do profissional de saúde usando de estratégias de educação em saúde, ou indireta fazendo uso da mídia que é meio de comunicação mais comumente encontrado, o fundamental é que haja entendimento acerca da importância de cuidar da própria saúde ^(7,4,6).

A tabela 1 nos reporta informações acerca do conhecimento do Autoexame das Mamas onde a maior parte da amostra (82,8%) informou ter consciência da técnica, o que corrobora com um estudo aplicado em 2016 em Camarões onde se concluiu que a amostra tem conhecimento suficiente acerca da doença, porém há uma escassez na prática do autoexame das mamas ⁽⁸⁾.

Uma pesquisa realizada na Turquia apontou para resultados equivalentes, onde 75,3% da amostra informaram ter conhecimento do Autoexame das Mamas, no entanto a sua prática não apresenta taxas significativas, fazendo necessária a inclusão de atividades de educação em saúde que incentivem a população a ter consciência de que a realização dessa técnica deve ser uma atividade rotineira ⁽⁹⁾.

Na variável onde indaga a respeito das instruções que o profissional de saúde deve fazer sobre a realização do Autoexame das mamas, 72,8% da amostra informou nunca terem sido instruídas, em contrapartida um estudo feito na região Sudeste do município de São Paulo com 133 enfermeiros da APS (Atenção Primária em Saúde) que objetivou

identificar as ações de detecção precoce do câncer de mama, foi relatado que metade da amostra afirmou orientar como e quando realizar o Autoexame das mamas ⁽¹⁰⁾.

De modo a corroborar com a pesquisa em curso, na Turquia um estudo feito com 668 mulheres que objetivou avaliar conhecimentos, atitudes e práticas sobre câncer de mama observou-se uma escassez de informação por parte dos profissionais de saúde no que desrespeito a instrução da realização do Autoexame das mamas ⁽⁹⁾.

Sob o mesmo ponto de vista 71,4% da amostra informou não ter participado de nenhuma reunião que falasse sobre câncer de mama na sua UBS de referência, da mesma forma um estudo realizado no município do Rio de Janeiro com 12 enfermeiros tendo como foco as ações executadas nas UBS (Unidades Básicas de Saúde) também indica insuficiência de atividades voltadas para prevenção do câncer de mama, pois este profissional tem voltado a sua atenção em maior parte para o período gestacional e hiperdia ⁽¹¹⁾.

Na tabela 2 são apresentados os dados a respeito da realização do AEM, de início é constatado que mais da metade da amostra (62,8%) afirma a prática do mesmo, embora haja um elevado índice no conhecimento acerca da doença, estudos apontam para a utilização inadequada das informações e da aplicação das técnicas do AEM ^(6,12).

Em relação à periodicidade para estar praticando o AEM, 48,5% responderam que o fazem de forma esporádica. O Ministério da Saúde orienta que a mulher possa estar realizando a palpação das mamas no momento que achar apropriado, de forma aleatória, essa estratégia não está ligada

especificamente à técnica do autoexame das mamas, pois a mesma é padronizada, sistemática e periódica e sim a uma estratégia de deixar a mulher atenta as alterações mamarias ⁽¹³⁾.

Embora o Ministério da Saúde faça tais recomendações, estudos científicos enfatizam critérios que priorizem a regularidade do exame como, mensalmente de 7 a 10 dias após o início da menstruação, mulheres com mais de 20 anos de idade, nas mulheres em menopausa escolher um dia fixo de cada mês e nas que amamentam, após o bebê esvaziar a mama, para que seja minimizada a possibilidade de achados falso-positivo ⁽¹⁴⁾.

Entretanto, uma pesquisa realizada em Diadema-SP com 90 enfermeiros atuantes em Unidades Básicas de Saúde apresentou uma baixa taxa (19,3%) de recomendação para o AEM sem estabelecer critérios como faixa etária e intervalo de tempo ⁽¹⁵⁾.

Em relação ao meio de comunicação pelos quais a população pode ser orientada ou educada a respeito da técnica do autoexame das mamas, a amostra em pesquisa (30,0%) refere que aprendeu a fazer o AEM através do profissional de saúde. A técnica de como fazer o AEM, em que período realizar e até mesmo em que idade deve-se começar a fazer dentre outras informações, também podem chegar até a população de diversas formas, tais como pela televisão, palestras, campanhas de conscientização e leituras ⁽¹⁶⁾.

5. CONCLUSÃO



A expressão Autoexame se refere a um exame inerente, ligado ao método de rastreamento que requer treinamento para realização do mesmo de forma periódica, padronizada e sistemática, com a finalidade de que mulheres assintomáticas sejam treinadas a perceberem alterações nas mamas através do seu próprio exame mensalmente.

O AEM é um procedimento simples e sem custo, que depende única e exclusivamente da mulher, necessita da atenção e acompanhamento da equipe profissional da APS, deve ser incentivado como o primeiro passo a ser dado como conscientização da importância de se auto conhecer e cuidar.

O AEM não deve ser utilizado como a única técnica associada ao método de detecção precoce do câncer de mama, mas ressalta a necessidade da estimulação do mesmo principalmente em regiões onde há difícil acesso a outros métodos mais abrangentes e eficazes para o diagnóstico do câncer de mama.

Assim, acreditamos que o rastreamento deva ser realizado no contexto de um programa preventivo de forma sistematizada, com atenção especial ao planejamento e treinamento dos profissionais de saúde, identificação e convite da população alvo na periodicidade preconizada, além da gestão multidisciplinar das lesões detectadas, através de coordenação, acompanhamento e avaliação das ações propostas.

Para tanto os profissionais de saúde e demais gestores devem incorporar a ideia de que essa é uma política de educação em saúde e rastreamento, sendo necessária a realização da busca ativa minimizando os efeitos danosos da detecção tardia, tanto no que diz respeito aos

aspectos assistenciais físicos e psicológicos da própria mulher.

6. REFERÊNCIAS

- 
- 1- GLOBOCAN. **Union for International Cancer Control**. New global cancer data suggests that the global cancer burden has risen to 18.1 million cases and 9.6 million cancer deaths [internet] Geneva, Switzerland; 2018 [cited 2019 Jun 09]; Available from: <https://www.uicc.org/news/new-global-cancer-data-globocan-2018>
 - 2- Nascimento SP, Pessoa RMC, Silva A, Sousa RS, Santos MBL, Oliveira FBM. Contribuições das características sociodemográficas no rastreamento do Câncer de Mama. **ReonFacema** [internet]. 2017 [cited 2019 Jun 07]; 3(2):338-344. Available from: <http://www.facema.edu.br/ojs/index.php/ReOnFacema/article/view/236/166>
 - 3- Bray F, Ferlay J, Soerjomataram I, Siegel RL, Torre LA, Jemal A. Global cancer statistics 2018: GLOBOCAN estimates of incidence and mortality worldwide for 36 cancers in 185 countries. **CA: A Cancer Journal for Clinicians** [internet] 2018 [cited 2019 Jun 09]; v. 68, ed. 6, pg. 394-424. Available from: <https://doi.org/10.3322/caac.2142>
 - 4- Abay M, Tuke G, Zewdie E, Abraha TH, Grum T, Brhane E. Breast self-examination practice and associated factors among women aged 20-70 years attending public health institutions of Adwa town, North Ethiopia. **BMC Research** Notes [internet] 2018 [cited 2019 Jun 07];11(1):622. Available from: <https://doi.org/10.1186/s13104-018-3731-9>
 - 5- Esfahani MS, Taleghani F, Noroozi M, Tabatabaeian M. An Educational Intervention on Based Information, Motivation and Behavior Skills Model and Predicting Breast Self-examination. **Journal of Preventive Medicine and Hygiene** [internet]. 2018 [cited 2019 Jun 09]; Vol 59, No 4 (2018). Available from: <http://dx.doi.org/10.15167/2421-4248/jpmh2018.59.4.796>
 - 6- Ahmed A, Zahid I, Ladiwala ZR, Sheikh R, Memon AS. Breast self-examination awareness and practices in young women in developing countries: A survey of female students in Karachi, Pakistan. **J Edu Health Promot** [internet]. 2018 [cited 2019 Jun 09]; 7:90. Available from: <http://www.jehp.net/text.asp?2018/7/1/90/236080>
 - 7- Ifediora CO, Azuike E. Tackling breast cancer in developing countries: insights from the knowledge, attitudes and practices on breast cancer and its prevention among Nigerian teenagers in secondary schools. **Journal of Preventive Medicine and Hygiene** [internet]. 2018 [cited 2019 Jun 09]; v. 59, n. 4, 2018. Available from: <https://doi.org/10.15167/2421-4248/jpmh2018.59.4.964>
 - 8- Sama CB, Dzekem B, Kehbila J, Ekabe CJ, Vofo B, Abua NL et al. Awareness of breast cancer and breast self-examination among female undergraduate students in a higher teachers

- training college in Cameroon. **The Pan African Medical Journal** [Internet] 2017 [cited 2019 Jun 09]; 28:91.doi:10.11604/pamj.2017.28.91.10986. Available from: <http://www.panafrican-med-journal.com/content/article/28/91/full>
- 9- Korkut Y. Assessment of knowledge, attitudes, and behaviors regarding breast and cervical cancer among women in western Turkey. **J Int Med Res** [Internet] 2019 [cited 2019 Mar 07]; Apr; 47 (4): 1660-1666. doi: 10.1177 / 0300060519830252. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/30845853>
- 10- Melo FBB, Marques CAV, Rosa AS, Figueiredo EN, Gutiérrez MGR. Actions of nurses in early detection of breast cancer. **Rev Bras Enferm** [Internet]. 2017 [cited 2019 Jun 10];70(6):1119-28. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672017000601119&lng=en.<http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2016-0155>
- 11- Zapponi ALB, Tocantins FR, Vargens OMC. O enfermeiro na detecção precoce do câncer de mama no âmbito da atenção primária [The nurse in the early detection of breast cancer in primary health care]. **Revista Enfermagem Uerj** [Internet] 2015[cited 2019 Jun 11] v. 23, n. 1. Available from: <https://doi.org/10.12957/reuerj.2015.11297>
- 12- Madhukumar S, Thambiran UR, Basavaraju B, Bedadala MR. A study on awareness about breast carcinoma and practice of breast self-examination among basic sciences' college students, Bengaluru. **J Family Med Prim Care** [Internet]; 2017 [cited 2019 Jun 11]; 6:487-90. Available from: <http://www.jfmprc.com/text.asp?2017/6/3/487/222026>
- 13- BRASIL. Ministério da Saúde. **Controle dos cânceres de colo de útero e de mama**. Caderno de Atenção Básica nº 13. 2ª ed. Brasília. Editora do Ministério da Saúde. 2013. 124p.
- 14- Santana LF. O autoexame de mama como método preventivo para o câncer mamário. **Caderno Discente** [Internet] 2015 [cited 2019 Jun 12] v. 2, n. 1. Available from: <http://humanae.esuda.com.br/index.php/Discente/article/view/214/17>
- 15- Teixeira MS, Goldman RE, Gonçalves VCS, Gutiérrez MGR, Figueiredo EM. Atuação do enfermeiro da Atenção Primária no controle do câncer de mama. **Acta Paul. Enferm.** [Internet]. 2017 [cited 2019 Jun 12]; 30(1): 1-7. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-21002017000100002&lng=en
- 16- Araújo CAA. Autoexame das mamas entre freiras: o toque que falta. **Revista de Estudos da Religião**. [Internet]. 2014 [cited 2019 Jun 12]; v. 14, n. 2. Available from: <https://revistas.pucsp.br/index.php/rever/article/view/21748>