

A enfermagem na promoção do autocuidado feminino: ações em um Centro de Saúde da Família

Patrícia Silva Pereira¹, Fábio Lima Leitão², Pedro Lucas Alves³, Eliany Nazaré Oliveira⁴

Resumo

Este estudo objetivou apresentar as intervenções realizadas por internos de Enfermagem, fundamentadas na teoria do autocuidado de Orem, com foco na promoção da saúde da mulher. Este relato de experiência foi desenvolvido em um Centro de Saúde da Família em Sobral, Ceará, entre janeiro e abril de 2024. As ações foram direcionadas às 24 mulheres de 18 a 72 anos que integravam grupos focados na promoção da saúde, em exercícios físicos e em danças, além de 28 mulheres de 20 a 60 anos que participavam de programas sociais com o suporte do governo. A adoção dessa teoria evidenciou a importância de promover a autonomia das participantes, ressaltando o papel da enfermagem como facilitadora no desenvolvimento de práticas que estimulam a saúde e o bem-estar. Ao fomentar a reflexão sobre a saúde feminina e a relevância dos exames preventivos, a teoria em questão não apenas empoderou as participantes, como também incentivou a reconhecer os sinais de alerta de seus corpos e a incorporar práticas de autocuidado em suas rotinas. Dessa forma, a aplicação da teoria contribuiu para a educação em saúde, além de fortalecer a autonomia das mulheres em sua trajetória de cuidado, promovendo um ambiente mais propício ao autocuidado.

Palavras-chave

Saúde da mulher. Promoção da saúde. Autocuidado. Enfermagem.

¹ Especialização em andamento em Enfermagem Obstétrica na Universidade Estadual Vale do Acaraú, Ceará, Brasil. E-mail: enfer.patriciasilvapereira@gmail.com.

² Graduando em Enfermagem na Universidade Estadual Vale do Acaraú, Ceará, Brasil. E-mail: leitaofabio95@gmail.com.

³ Mestrando em Saúde da Família na Universidade Estadual Vale do Acaraú, Ceará, Brasil. E-mail: plucasalvs@gmail.com

⁴ Doutora em Enfermagem pela Universidade Federal do Ceará, Brasil; professora na Universidade Estadual Vale do Acaraú, Ceará, Brasil. E-mail: elianyy@gmail.com.

Nursing in the promotion of women's self-care: actions at a Family Health Center

Patrícia Silva Pereira¹, Fábio Lima Leitão², Pedro Lucas Alves³, Eliany Nazaré Oliveira⁴

Abstract

This study aimed to present the interventions carried out by nursing interns, grounded in Orem's self-care theory, with a focus on promoting women's health. This experience report was developed at a Family Health Center in Sobral, Ceará, Brazil, between January and April 2024. The actions targeted 24 women aged 18 to 72 who participated in health promotion, physical exercise, and dance groups, as well as 28 women aged 20 to 60 enrolled in government-supported social programs. The application of Orem's theory highlighted the importance of promoting participants' autonomy, emphasizing the role of nursing in facilitating practices that foster health and well-being. By encouraging reflection on women's health and the importance of preventive examinations, the theory not only empowered participants but also encouraged them to recognize their bodies' warning signs and incorporate self-care practices into their daily routines. Thus, the application of the theory contributed to health education while strengthening women's autonomy throughout their care journey and promoting an environment more conducive to self-care.

Keywords

Women's health. Health promotion. Self-care. Nursing.

¹ Currently specializing in Obstetric Nursing, State University Vale do Acaraú, State of Ceará, Brazil. Email: enfer.patriciasilvapereira@gmail.com.

² Undergraduate in Nursing, State University of Vale do Acaraú, State of Ceará, Brazil. Email: leitaofabio95@gmail.com.

³ Master's student in Family Health, State University Vale do Acaraú, State of Ceará, Brazil. Email: plucasalvs@gmail.com.

⁴ PhD in Nursing, Federal University of Ceará, State of Ceará, Brazil; professor at the State University of Vale do Acaraú, State of Ceará, Brazil. Email: elianyy@gmail.com.

Introdução

A qualidade de vida da população está intrinsecamente ligada ao direito humano fundamental à saúde, que transcende a mera ausência de doenças e abrange a promoção do bem-estar em suas múltiplas dimensões. Nesse contexto, a criação do Sistema Único de Saúde (SUS) representou um marco na consolidação de uma abordagem mais equitativa e acessível, resultado de anos de mobilização em defesa de um modelo de atenção universal e integral. O SUS engloba desde ações de promoção e prevenção até procedimentos de alta complexidade, abrangendo tanto o cuidado individual quanto o coletivo. No entanto, persistem desafios, especialmente no que diz respeito à gestão e ao financiamento do sistema, impactando a efetividade da assistência prestada (Fernandes; Sousa, 2020).

No que tange à saúde feminina, torna-se imprescindível superar perspectivas reducionistas centradas exclusivamente nos aspectos biológicos e fisiológicos. Como argumentam Souto e Moreira (2021), a perspectiva de gênero ocupa papel central na construção de práticas mais equitativas e sensíveis às especificidades femininas, reconhecendo que desigualdades sociais e culturais impactam diretamente o processo saúde-doença e o acesso aos serviços de saúde. Assim, a saúde pública deve se alinhar à defesa dos direitos sexuais e reprodutivos, garantindo que as políticas e estratégias adotadas sejam sensíveis às suas demandas particulares. Para tanto, faz-se necessário que o SUS, enquanto sistema pautado nos princípios da universalidade e da integralidade, assegure respostas eficazes e contextualizadas às necessidades dessa população (Fernandes; Sousa, 2020).

No contexto da Educação Popular em Saúde (EPS), destaca-se a contribuição de Freire (1987), cuja perspectiva dialógica e emancipatória compreende o processo educativo como construção coletiva do conhecimento, valorizando os saberes populares e o protagonismo dos sujeitos. Na saúde da mulher, essa abordagem possibilita práticas educativas mais participativas e transformadoras, favorecendo o fortalecimento da autonomia, da consciência crítica e da capacidade das mulheres de reconhecer necessidades relacionadas ao cuidado com seus corpos e sua saúde. Dessa forma, as ações educativas desenvolvidas na Atenção Primária à Saúde (APS) devem ultrapassar a simples transmissão verticalizada de informações, promovendo espaços de diálogo, escuta e troca de experiências entre profissionais e comunidade.

A saúde da mulher é determinada por uma complexa inter-relação de fatores que abrangem aspectos físicos, mentais e emocionais, exigindo uma abordagem holística e integrada que contemple as diversas fases da vida feminina. Reconhecer que o cuidado à saúde das mulheres transcende a esfera ginecológica é fundamental, por envolver não apenas o

acompanhamento de condições físicas, como também a promoção do bem-estar psicológico e emocional (Brasil, 2021). Nesse contexto, permanecem alguns desafios, como a baixa adesão aos exames preventivos, por exemplo, o papanicolau, para a detecção precoce do câncer de colo do útero, que ocupa a terceira posição em incidência entre as mulheres e constitui a quarta principal causa de morte no sexo feminino no Brasil (2022a).

Nesse sentido, o estudo de Oliveira, Pacheco e Senna (2020) enfatiza a urgência de aprimorar a assistência à saúde sexual e reprodutiva das mulheres, especialmente no acesso a exames preventivos, como o citopatológico, com atenção às mulheres em situação de privação de liberdade, consideradas um público vulnerável. Semelhantemente, Simão *et al.* (2022) discutem o aumento nos índices de incidência e mortalidade por câncer de colo do útero e de mama, especialmente agravados durante a pandemia de covid-19, revelando as barreiras que dificultaram o acesso a cuidados preventivos e a necessidade de estratégias eficazes para garantir a adesão a esses exames.

Nessa realidade, a realização periódica do exame citopatológico configura-se como uma importante estratégia de prevenção e diagnóstico precoce do câncer do colo do útero. O exame de papanicolau possibilita a detecção precoce de alterações celulares e lesões precursoras, permitindo intervenções terapêuticas oportunas antes da progressão para o câncer invasivo. Dessa forma, o rastreamento regular contribui significativamente para a redução da incidência e da mortalidade por câncer cervical, além de ampliar as chances de sucesso no tratamento quando o diagnóstico é realizado precocemente (Santos; Lopes Júnior; Silva, 2024).

Nesse contexto, o processo de enfermagem fundamentado na teoria do autocuidado de Orem (1980) oferece um suporte essencial para a implementação sistemática de intervenções junto à comunidade, permitindo ajustes necessários no plano de cuidados. O autor destaca que o autocuidado envolve práticas que os indivíduos realizam em benefício próprio, visando à manutenção da vida, da saúde e do bem-estar. As ações estruturadas nesse modelo têm como objetivo contribuir de forma específica para a integridade, as funções e o desenvolvimento humano, sendo concretizadas por meio de ações conhecidas como requisitos de autocuidado.

Assim, o presente artigo teve como objetivo apresentar as intervenções realizadas pelos internos de Enfermagem com base na teoria do autocuidado de Orem (1980), com ênfase na promoção e prevenção de agravos relacionados à saúde da mulher. As atividades desenvolvidas visaram, além de conscientizar sobre a relevância dos exames preventivos, estimular uma abordagem mais abrangente e inclusiva da saúde feminina, incentivando práticas de autocuidado.

Metodologia

Este texto trata-se de um relato de experiência, de abordagem qualitativa e natureza descritiva, que apresenta as intervenções realizadas por internos de Enfermagem em um Centro de Saúde da Família (CSF) localizado no município de Sobral, Ceará. Na época, a unidade tinha três equipes completas de saúde da família. As ações desenvolvidas foram baseadas na teoria do autocuidado de Orem (1980), com ênfase na promoção da saúde da mulher, buscando atender às necessidades específicas desse público e promover seu bem-estar.

A teoria do autocuidado de Orem (1980) destaca a capacidade e responsabilidade dos indivíduos em realizar atividades de autocuidado, preservando sua saúde e bem-estar (Silva *et al.*, 2020). Segundo Orem (1980), o autocuidado envolve ações empreendidas pelo indivíduo com a intenção de manter a vida, a saúde e o bem-estar, ao mesmo tempo em que lida de maneira eficaz com suas limitações. Essa abordagem, extremamente reconhecida na prática da enfermagem, busca promover a autonomia dos indivíduos, além de estimular o desenvolvimento contínuo da prática profissional.

Nos encontros, foram conduzidas anamneses individuais com o objetivo de identificar as necessidades de autocuidado das participantes, permitindo a personalização das orientações. Além disso, foram desenvolvidas ações educativas fundamentadas em metodologias participativas e dialógicas, inspiradas nos pressupostos da EPS. As atividades incluíram rodas de conversa, dinâmicas interativas, oficinas educativas, gincanas, práticas corporais e momentos de escuta ativa, buscando estimular a participação das mulheres e favorecer a construção coletiva do conhecimento.

Os materiais educativos utilizados durante as intervenções foram elaborados pelos internos de Enfermagem com linguagem acessível, recursos visuais e ilustrações, considerando especialmente as participantes com baixa escolaridade. Os panfletos continham informações sobre sinais de alerta relacionados à saúde feminina, periodicidade do exame citopatológico, autocuidado íntimo, hábitos saudáveis e prevenção do câncer do colo do útero.

As rodas de conversa foram conduzidas de maneira horizontalizada, permitindo que as participantes compartilhassem experiências, dúvidas e conhecimentos prévios acerca da saúde feminina. Ademais, também foi utilizada a estratégia de perguntas anônimas por escrito, possibilitando maior conforto para a discussão de temas íntimos relacionados à sexualidade, corrimentos vaginais, exames ginecológicos e autocuidado.

Com o objetivo de fortalecer a autonomia das participantes, foram determinadas metas individuais de autocuidado, monitoradas pelos internos de Enfermagem no próprio CSF, por

meio de atendimentos e orientações complementares. Além disso, foram criados grupos de apoio, incluindo um grupo no aplicativo WhatsApp, possibilitando a troca contínua de experiências e o fortalecimento do suporte mútuo entre as mulheres.

A cada término dos momentos de intervenções, eram aplicados questionários avaliativos para analisar a percepção das participantes sobre o impacto das atividades no seu autocuidado. O instrumento continha perguntas objetivas e abertas, captando o nível de satisfação e as expectativas em relação às ações desenvolvidas. Entre os itens incluídos, destacam-se: “O que você achou do encontro?”; “As informações discutidas esclareceram suas dúvidas?”; “Você tem alguma dúvida adicional?”; “Quais temas gostariam que fossem abordados nos próximos encontros?”; e, por fim, solicitaram-se sugestões sobre a metodologia utilizada. Além disso, as participantes foram convidadas a expressar sua experiência de forma lúdica, por meio da escolha de *emojis* que representam seus sentimentos ao final do encontro, bem como a atribuição de uma nota de 0 a 10 para avaliar a atividade, sendo 0 a menor e 10 a maior pontuação possível.

As ações ocorreram de janeiro a abril de 2024, com encontros realizados quinzenalmente no próprio CSF ou na quadra esportiva da comunidade, localizada ao lado do CSF. A seleção das participantes foi feita de forma estratégica, utilizando as salas de espera do CSF como ponto de interação. Durante esses momentos, foram adotadas abordagens iniciais às mulheres com 18 anos ou mais, explicando os objetivos das atividades extensionistas e convidando-as a participar. A adoção desse método de convite garantiu um processo de seleção baseado no interesse das mulheres, criando um ambiente de participação voluntária e sem imposições, contribuindo para a criação de um contexto mais acolhedor e confiável durante os encontros.

Devido às características deste relato de experiência, não foi necessária a submissão da pesquisa ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP). No entanto, todos os princípios éticos foram aplicados. As mulheres foram devidamente informadas sobre os objetivos e métodos das atividades extensionistas, garantindo que compreendessem o papel de sua contribuição. As ações extensionistas não receberam nenhum tipo de financiamento.

Ademais, os internos de Enfermagem respeitaram a autonomia das participantes, permitindo que elas decidissem livremente sobre sua participação e as intervenções propostas. As atividades foram elaboradas com ênfase na beneficência e na não maleficência, garantindo que todas as intervenções fossem seguras e vantajosas. Por último, as ações foram executadas de maneira a assegurar a equidade, proporcionando acesso igualitário a todas as mulheres atendidas no CSF.

Essa estratégia buscou estimular o protagonismo das mulheres no cuidado com a própria saúde, em consonância com os pressupostos da teoria do autocuidado de Orem (1980), especialmente no que se refere ao sistema apoio-educação proposto pela autora.

Resultados e Discussão

As ações foram desenvolvidas com dois grupos de mulheres, sendo 24 vinculadas às atividades corporais, com idades entre 18 e 72 anos, e 28 participantes de ações sociais com apoio governamental, com idades entre 20 e 60 anos, podendo haver variação na adesão ao longo das intervenções. De acordo com as diretrizes do Ministério da Saúde, o exame preventivo é recomendado para mulheres entre 25 e 64 anos que iniciaram a atividade sexual (Brasil, 2022b), sendo que a maioria das participantes se enquadra nesse perfil.

Nesse contexto, dados fornecidos pela gestão da unidade indicam que o CSF atende aproximadamente 4.849 mulheres, das quais 3.304 estão na faixa etária de 25 a 64 anos. Dentre esse grupo, apenas 32% realizaram exame preventivo no último ano, evidenciando a necessidade de fortalecimento das estratégias de educação em saúde e justificando a realização das atividades propostas, voltadas à ampliação do acesso, ao incentivo à participação e à promoção do autocuidado.

Essas atividades envolveram encontros dinâmicos nas unidades de saúde e atividades realizadas em espaços comunitários, como quadras esportivas, onde os grupos de dança se reuniam com o objetivo de promover a educação em saúde e estabelecer uma interação direta com a comunidade. Embora os momentos tenham tido aproximadamente 52 participantes, esse número é considerado baixo, dado que o CSF atende mais de 3.000 mulheres com idade igual ou superior a 18 anos. Esse fato ressaltou a necessidade de desenvolver estratégias mais eficazes para aumentar a adesão e a participação em ações preventivas, uma vez que a amostra representa uma pequena fração do público-alvo.

Durante as atividades realizadas (Quadro 1), foram abordadas questões pertinentes à saúde da mulher, alcançando, ao final das ações, aproximadamente 52 participantes. Os tópicos em pauta incluíram a importância do entendimento sobre o corpo, sinais de alerta e várias manifestações de corrimentos vaginais, assim como a necessidade da realização regular de exames ginecológicos e os riscos da omissão aos exames preventivos.

Quadro 1 – Quadro das ações realizadas para promoção do autocuidado feminino

DIAS	ATIVIDADE REALIZADA	OBJETIVO	LOCAL	PARTICIPANTES
18/01/24	Sala de espera com as mulheres do grupo de atividades corporais. Realização de uma breve apresentação sobre autocuidado feminino, com ênfase na importância dos exames preventivos.	Promover a conscientização sobre a importância do autocuidado feminino e incentivar a realização dos exames preventivos.	CSF	24
01/02/24	Palestra e atividades práticas sobre exames ginecológicos, abordando a importância da prevenção e do autocuidado. Ao final, houve um momento para esclarecimento de dúvidas, com possibilidade de envio anônimo das perguntas por escrito.	Discutir a importância dos exames ginecológicos, destacando a relevância da prevenção, do autocuidado e da manutenção de uma rotina regular de cuidados com a saúde.	CSF	19
15/02/24	Atividade prática focada em práticas corporais e saúde da mulher. Foram disponibilizados panfletos ilustrativos para fácil entendimento para aquelas sem escolaridade.	Incentivar a prática de autocuidado e conscientização sobre saúde feminina.	Praça da comunidade	12
29/02/24	Roda de conversa para discutir a identificação de sinais de alerta e aspectos do corrimento vaginal.	Ensinar as participantes a reconhecer sinais de alerta de seu corpo.	CSF	28
14/03/24	Gincana sobre mitos e verdades relacionadas à saúde da mulher, seguida de café da manhã para as participantes.	Desmistificar informações sobre saúde feminina e promover o diálogo entre as participantes.	CSF	15
27/03/24	Atividade física e agendamentos para exames citopatológicos.	Incentivar a prática de atividades físicas e facilitar o agendamento de exames.	Quadra esportiva da comunidade	24
09/04/24	Café saudável e atividades físicas com enfoque na saúde da mulher.	Promover hábitos saudáveis e a socialização, além de discutir a importância da saúde feminina.	Quadra esportiva da comunidade	28

Fonte: elaborada pelos autores (2024).

Nesse contexto, as ações desenvolvidas aproximaram-se da perspectiva da EPS defendida por Freire (1987), ao estimular a participação ativa das mulheres e valorizar seus saberes e suas experiências durante os encontros. As rodas de conversa permitiram que as participantes deixassem de ocupar posição passiva no processo educativo, tornando-se protagonistas na construção coletiva do conhecimento acerca da saúde feminina e do autocuidado. Essa abordagem favoreceu momentos de escuta, troca de experiências e reflexão crítica sobre práticas de cuidado frequentemente negligenciadas no cotidiano dessas mulheres.

Como introdução às atividades, foram apresentadas às participantes do grupo de práticas corporais e dança estatísticas relevantes sobre as taxas de mortalidade por câncer de mama e câncer do colo do útero, visando estimular o interesse pelo conhecimento entre as participantes. Essas iniciativas foram desenvolvidas principalmente por meio da criação de ambientes que incentivaram a reflexão sobre a importância de reconhecer os sinais de alerta do corpo. Nesse contexto, a distribuição de panfletos com informações fornecidas pelo Ministério da Saúde e convites impressos no próprio serviço para o próximo encontro resultou em uma adesão significativa, evidenciando um crescente interesse pela participação em grupo.

A utilização de metodologias participativas, dinâmicas educativas e estratégias de diálogo contribuiu significativamente para maior envolvimento das mulheres nas atividades. Observou-se que, ao longo dos encontros, muitas participantes passaram a reconhecer a importância dos exames preventivos e demonstraram maior interesse em compreender aspectos relacionados à saúde íntima, ao autocuidado e à prevenção de doenças.

Em um momento posterior, a ação envolveu mulheres que participavam de uma etapa obrigatória para seleção no projeto governamental “Ceará sem Fome⁵”, totalizando 28 mulheres com idades entre 18 e 35 anos. Nesse cenário, tornou-se evidente a urgente necessidade de discutir questões relacionadas à saúde feminina, como a identificação de alterações preocupantes no corpo e a importância de manter uma rotina de exames ginecológicos.

A baixa adesão prévia aos exames preventivos identificada entre diversas participantes evidencia situações de déficit de autocuidado, conforme discutido pela teoria do autocuidado de Orem (1980). Muitas mulheres relataram dificuldades relacionadas ao medo, vergonha, ausência de informações, limitações financeiras e dificuldades de acesso aos serviços de saúde, fatores que comprometem o desenvolvimento de práticas preventivas regulares.

⁵ O programa “Ceará sem Fome” foi instituído pela Lei nº 18.312, de 17 de fevereiro de 2023 (Ceará, 2023), com o objetivo de combater a fome, ampliar o acesso à alimentação saudável e valorizar a agricultura familiar, no estado do Ceará.

A reação a esses temas foi significativa, com a maioria das participantes relatando não ter realizado o exame de citologia cervical nos últimos anos e mencionando que sua participação nos cuidados de saúde estava motivada apenas pelo receio de perder os auxílios governamentais.

Esses achados corroboram o estudo de Queiroz *et al.* (2023), o qual aponta que fatores socioeconômicos, medo, vergonha, dificuldade de acesso aos serviços e ausência de informações adequadas constituem importantes barreiras para adesão das mulheres ao exame preventivo. Além disso, Garajau *et al.* (2024) ressaltam que mulheres em situação de vulnerabilidade social e baixa escolaridade tendem a procurar os serviços de saúde apenas diante do aparecimento de sinais e sintomas mais graves.

Em continuidade às ações, uma atividade foi realizada em uma praça pública adjacente ao CSF, integrando um grupo de práticas corporais centradas na dança, com a participação de aproximadamente 26 mulheres, cujas idades variaram entre 25 e 72 anos. Durante esse evento, os internos de Enfermagem atuaram principalmente por meio do sistema apoio-educação proposto por Orem (1980), oferecendo orientações individualizadas, suporte educativo e incentivo à autonomia das participantes.

Nesse contexto, foram abordadas diversas questões relacionadas à saúde da mulher, como a identificação de sinais de alerta para possíveis alterações no organismo e a importância da realização periódica da citologia cervical para a prevenção do câncer do colo do útero. Além disso, discutimos a necessidade de orientação médica regular. A abordagem dinâmica e interativa facilitou o engajamento das participantes, que compartilharam experiências pessoais e demonstraram interesse em manter uma rotina de cuidados com a saúde.

A cada nova ação na comunidade, as mulheres se sentiram cada vez mais à vontade para expressar dúvidas e questionar sobre a fisiologia de seus corpos. Essa confiança se estendeu a todos os aspectos da saúde feminina, desde a puberdade até a menopausa. Nos encontros finais, foi realizada uma gincana interativa sobre mitos e verdades relacionadas à saúde da mulher, proporcionando aprendizado de forma leve e dinâmica. Para fortalecer as ações, com o apoio de colaboradores como agentes comunitários de saúde e bombeiros, foram realizadas atividades físicas e organizados agendamentos para o exame citopatológico, direcionado a mulheres que não o realizavam há um ano ou mais.

Entretanto, ao considerar o contexto das estratégias de intervenção implementadas, observou-se que uma parcela significativa das mulheres participantes enfrenta desafios consideráveis em termos de adesão, mesmo diante da alta prevalência de novos casos. Esses

desafios estão frequentemente associados a fatores como questões socioeconômicas, culturais, logísticas e dificuldades de acesso aos serviços de saúde.

O estudo conduzido por Queiroz *et al.* (2023) identificou as principais causas da baixa adesão das mulheres ao exame preventivo, destacando fatores como a falta de confiança nos profissionais de saúde, o receio em relação ao serviço público, o preconceito por parte do parceiro e a falta de conhecimento sobre a importância do exame. Complementando essa análise, Garajau *et al.* (2024) revelam que, entre as mulheres que nunca realizaram o exame de papanicolau, a maioria possui renda de até um salário-mínimo e apresenta baixo nível de escolaridade. Além disso, essas mulheres, em sua maioria jovens, com idades entre 25 e 34 anos e predominantemente negras, tendem a procurar os serviços de saúde apenas quando os sintomas de uma possível enfermidade se tornam mais evidentes.

Essa situação evidencia lacunas nos serviços de APS no cuidado à saúde da mulher, especialmente em relação à realização do exame preventivo do câncer do colo do útero. Embora exista conscientização sobre a importância do exame citopatológico, fatores como vergonha, constrangimento, medo, desconforto e falhas no atendimento ainda dificultam sua realização. Somam-se a isso barreiras estruturais, como dificuldades de agendamento, demora nos resultados, distância dos serviços e limitações de transporte, que comprometem o acesso ao rastreamento. Dessa forma, torna-se fundamental o desenvolvimento de estratégias voltadas ao acolhimento, à educação em saúde, à garantia de privacidade e à melhoria da organização dos serviços, a fim de ampliar a adesão das mulheres ao exame preventivo (Medeiros, 2025).

Em termos de dados epidemiológicos, em 2020, o Instituto Nacional do Câncer (Inca) estimou 66.280 novos casos de câncer de mama no Brasil, resultando em uma taxa de incidência de 43,74 por 100.000 mulheres, além de 16.710 casos de câncer de colo de útero, que ocupa a terceira posição em incidência (Brasil, 2019). Essa realidade sublinha a importância da atuação da APS, que deve se concentrar em ações preventivas relacionadas aos fatores de risco.

Nesse contexto, Nogueira e Sousa (2023) ressaltam que, apesar dos avanços significativos nos índices de citologia, é fundamental continuar trabalhando para alcançar a cobertura ideal de 100%. Atualmente, a cobertura está em conformidade com as metas do programa “Previne Brasil”, que estabelece um mínimo de 40%, sendo desejável atingir 80% ou mais. Nesse cenário, o investimento contínuo em ações educativas em saúde é crucial para garantir que mais mulheres tenham acesso ao rastreamento precoce do câncer, contribuindo diretamente para a detecção e o tratamento em estágios iniciais da doença.

Portanto, a saúde da mulher exige uma abordagem integrada que contemple as desigualdades socioeconômicas e de gênero. A implementação de práticas de promoção e

prevenção impacta diretamente na redução da morbidade e mortalidade, além de gerar benefícios para a saúde pública e o desenvolvimento econômico sustentável (Ferreira *et al.*, 2020; Nogueira; Sousa, 2023). Dessa forma, a educação em saúde desempenha papel crucial na ampliação do acesso e na adesão a essas práticas preventivas.

Diante da realidade deste estudo, apesar da receptividade das atividades, refletindo em retorno positivo significativo, houve desafios na adesão por parte dessas mulheres mesmo diante da alta prevalência de novos casos. Alguns fatores, como a localização periférica do bairro e a elevada incidência de violência no local, especialmente por grupos envolvidos com a criminalidade, podem ter inibido a participação e o deslocamento das mulheres em ações em espaços públicos (como a quadra esportiva). Além disso, questões socioeconômicas, como a baixa renda e os conflitos de horários relacionados ao trabalho e às responsabilidades domésticas, também limitaram a adesão, evidenciando a complexidade dos determinantes sociais que influenciam o engajamento comunitário em iniciativas de promoção da saúde.

Considerações finais

A nossa vivência como internos de Enfermagem no desenvolvimento das ações reforça a importância do vínculo entre a universidade e a comunidade, proporcionando uma experiência enriquecedora que transcende o ambiente acadêmico. Essa experiência possibilitou a integração entre o conhecimento teórico e a prática comunitária, reforçando a relevância desse vínculo. Além disso, a aplicação da teoria do autocuidado de Orem (1980) se mostrou crucial para nos ajudar a compreender as necessidades individuais de autocuidado das mulheres e sua relação com o processo saúde-doença, ressaltando a importância do papel da enfermagem na facilitação do desenvolvimento de práticas que promovem a saúde e o bem-estar.

As ações educativas fundamentadas na EPS contribuíram para a construção de espaços dialógicos e participativos, nos quais as mulheres puderam compartilhar experiências, refletir criticamente sobre sua saúde e fortalecer sua autonomia no cuidado consigo mesmas. Nesse sentido, a enfermagem desempenha papel essencial como mediadora de processos educativos emancipatórios, capazes de promover protagonismo feminino e transformação social no âmbito da APS.

Ao estimular a reflexão sobre a saúde feminina e a importância dos exames preventivos, a teoria do autocuidado de Orem (1980) não apenas facilitou o empoderamento das participantes, como também incentivou a consideração dos sinais de alerta de seus corpos e a

adoção de práticas de autocuidado. Assim, a aplicação da teoria contribuiu para a educação em saúde e fortaleceu a autonomia das mulheres em sua trajetória de cuidado.

Por fim, destaca-se a necessidade de fortalecer estratégias educativas permanentes nos territórios, especialmente aquelas fundamentadas nos pressupostos da EPS e do diálogo comunitário, com vistas à ampliação do vínculo entre a comunidade e o CSF.

Nesse sentido, a realização de práticas corporais, atividades educativas em salas de espera e o uso de tecnologias inovadoras comprovam-se estratégias relevantes para ampliar a adesão aos exames preventivos e potencializar a disseminação de informações voltadas à promoção da saúde. Além disso, tais abordagens favorecem o fortalecimento da autonomia feminina, das práticas de autocuidado e da construção de relações mais sólidas e participativas entre os serviços de saúde e a população.

Referências

- BRASIL. Ministério da Saúde. Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva. **Estimativa 2020**: incidência de câncer no Brasil. Rio de Janeiro: Inca, 2019. Disponível em: <https://www.inca.gov.br/sites/ufu.sti.inca.local/files//media/document//estimativa-2020-incidencia-de-cancer-no-brasil.pdf>. Acesso em: 2 jun. 2026.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Instituto Nacional de Câncer. **Estimativa 2023**: incidência de câncer no Brasil. Rio de Janeiro: Inca, 2022a. Disponível em: <https://www.inca.gov.br/publicacoes/livros/estimativa-2023-incidencia-de-cancer-no-brasil>. Acesso em: 4 ago. 2026.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Câncer do colo do útero**: exame para detecção é oferecido no SUS. Brasília, DF, 2022b. Disponível em: <https://www.crfrs.org.br/noticias/cancer-do-colo-do-utero-exame-para-deteccao-e-oferecido-no-sus>. Acesso em: 15 fev. 2025.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Saúde da mulher contempla cuidados específicos**. Brasília, DF, 2021. Disponível em: <https://www.douradosagora.com.br/noticias/saude-da-mulher-contempla-cuidados-especificos>. Acesso em: 21 set. 2024.
- CEARÁ. **Lei nº 18.312, de fevereiro de 2023**. Institui o programa Ceará sem Fome, cria as redes de unidades sociais produtoras de refeições no combate à fome no estado do Ceará, e altera dispositivo da Lei nº 14.335, de 20 de abril de 2009. Fortaleza, 2023. Disponível em: <https://belt.al.ce.gov.br/index.php/legislacao-do-ceara/organizacao-tematica/seguridade-social-e-saude/item/8258-lei-n-18-312-de-17-02-2023-d-o-17-02-2023>. Acesso em: 20 jun. 2026.
- MEDEIROS, M. L. Percepção de mulheres acerca do câncer de colo uterino na Atenção Primária à Saúde (APS). Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Enfermagem) – Centro Universitário de Patos, Patos, 2025. Disponível em: <https://editora.unifip.edu.br/repositoriounifip/article/view/7459>. Acesso em: 27 maio 2026.

FERNANDES, V. C.; SOUSA, C. L. Aspectos históricos da saúde pública no Brasil: revisão integrativa da literatura. **Journal of Management & Primary Health Care**, [Uberlândia], v. 12, p. e1, 2020. DOI 10.14295/jmphc.v12.579. Disponível em: <https://jmphc.com.br/jmphc/article/view/579/871>. Acesso em: 12 abr. 2024.

FERREIRA, V. C. *et al.* Saúde da mulher, gênero, políticas públicas e educação médica: agravos no contexto de pandemia. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 44, n. sup. 1, p. e0147, 2020. DOI 10.1590/1981-5271v44.supl.1-20200402. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbem/a/tWK6pDmBhqJHhKN6F4DVPZL/?lang=pt>. Acesso em: 15 abr. 2024.

FREIRE, P. **Pedagogia do oprimido**. 17. ed. Rio de Janeiro: Paz & Terra, 1987.

GARAJAU, A. C. P. *et al.* Disparidades raciais no rastreamento dos cânceres femininos no Brasil, PNS 2019. **Saúde.Com**, [Jequié], v. 20, n. 3, p. 3389-3405, 2024. DOI 10.22481/rsc.v20i3.14425. Disponível em: <https://periodicos2.uesb.br/rsc/article/view/16818>. Acesso em: 13 fev. 2025.

NOGUEIRA, C. G.; SOUSA, M. N. A. Campanha do Outubro Rosa na atenção primária à saúde: um relato de experiência. **Revista Brasileira de Educação e Saúde**, [S. l.], v. 13, n. 3, p. 193-200, ago./out. 2023. DOI 10.18378/rebes.v13i3.9958. Disponível em: <https://www.gvaa.com.br/revista/index.php/REBES/article/view/9958/11778>. Acesso em: 21 set. 2024.

OLIVEIRA, J. L. T.; PACHECO, Z. M. L.; SENNA, C. A. Vulnerabilidade de mulheres às infecções sexualmente transmissíveis e câncer de colo uterino em uma unidade prisional. **Revista de APS**, [Juiz de Fora], v. 23, n. 4, p. 853-872, out./dez. 2020. DOI 10.34019/1809-8363.2020.v23.16424. Disponível em: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/aps/article/view/16424>. Acesso em: 15 fev. 2025.

OREM, D. E. **Nursing: concepts of practice**. 2. ed. New York: McGraw-Hill, 1980.

QUEIROZ, T. T. S. *et al.* Baixa adesão de mulheres ao exame citopatológico: relato de experiência. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 12, n. 2, p. e19012240150, 2023. DOI 10.33448/rsd-v12i2.40150. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/download/40150/32858/430716>. Acesso em: 15 abr. 2024.

SANTOS, M. S.; LOPES JÚNIOR, H. M. P.; SILVA, L. G. Saúde da mulher: a importância do exame citopatológico. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, São Paulo, v. 10, n. 9, p. 2862–2873, set. 2024. DOI 10.51891/rease.v10i9.15597. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/15597>. Acesso em: 27 maio. 2026.

SILVA, E. S. P. *et al.* Teoria do autocuidado de orem como suporte para o cuidado clínico de enfermagem a mulher mastectomizada. **Brazilian Journal of Development**, Curitiba, v. 6, n. 6, p. 39740-39750, jun. 2020. DOI 10.34117/bjdv6n6-496. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/12051/10145>. Acesso em: 21 set. 2024.

SIMÃO, A. B. *et al.* Analisando indicadores de saúde sexual e reprodutiva em tempos de pandemia. In: ALBUQUERQUE, E. M.; JAYME JUNIOR, F. G.; BRITTO, G. (org.). **Crise, pandemia e alternativas**. Belo Horizonte: Cedeplar UFMG, 2022. p. 15-44. Disponível em: <https://repositorio.ufmg.br/items/bf79b619-cf5b-4dcd-b62a-7444c7986b96/full>. 2 jun. 2026

SOUTO, K.; MOREIRA, M. R. Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da Mulher: protagonismo do movimento de mulheres. **Saúde em Debate**, Rio de Janeiro, v. 45, n. 130, p. 832–846, jul./set. 2021. Disponível em: <https://revista.saudeemdebate.org.br/sed/article/view/4764>. Acesso em: 24 mai. 2026.

Submetido em 15 de fevereiro de 2025.

Aprovado em 19 de maio de 2026.