
Mamas lúdicas: uma forma de demonstrar a importância do exame do toque nas mamas

Renata Marques de Souza¹

Dayane de Aguiar Cicolella²

Resumo: O Outubro Rosa foi criado no início da década de 1990 pela *Fundação Susan G. Komen for the Cure*. A data é celebrada anualmente, com o objetivo de compartilhar informações e promover a conscientização sobre o câncer de mama, proporcionar maior acesso aos serviços de diagnóstico e de tratamento e, contribuir para a redução da mortalidade pela doença. O Brasil participa deste movimento desde 2010, através de incentivos educacionais estimulados pelo Instituto Nacional de Câncer. A campanha ocorre anualmente no mês de outubro, enfatizando o cuidado com a saúde da mulher. Na Atenção Básica destacam-se as ações de rastreamento, em especial para o câncer de colo do útero e mama. Através de campanhas com foco no autocuidado, mulheres são estimuladas a conhecer seu corpo e identificar sinais de alterações. Objetivo: Relatar a experiência de acadêmicas na produção de um material educativo e lúdico sobre sinais sugestivos de alterações nas mamas. Metodologia: Trata-se de um relato de experiência de acadêmica de enfermagem em estágio de práticas de saúde da mulher e recém nascido em uma unidade de Estratégia de Saúde de Família localizada em um município da região metropolitana de Porto Alegre/RS. Resultado: Para alcançar um maior número de mulheres, ensinando-as sobre a necessidade de conhecimento de suas mamas através de palpação e autoexame, foram construídas duas mamas de crochê, sendo uma sem sinais de alteração e a outra, com pequenos nódulos palpáveis. As mamas foram denominadas pela acadêmica com o nome/apelido de “As mamicas”. O material lúdico permitiu que mulheres identificassem sinais de alteração na mama em seu autoexame de uma forma menos constrangedora e educativa, podendo replicar informações para outras mulheres. Considerações Finais: A realização dessa atividade de educação em saúde permitiu à acadêmica percepção sobre a importância da ação do enfermeiro que atua em saúde pública.

Palavras-chave: Estratégia de Saúde de Família, Autocuidado; Autoexame da mama.

¹ Centro Universitário Cesuca. Graduanda do curso de Enfermagem. E-mail: marquesresouza@gmail.com.

² Centro Universitário Cesuca. Docente do curso de Enfermagem. E-mail: dayane.cicolella@cesuca.edu.br.