

CAPÍTULO 4

EXPLORANDO O LADO EMOCIONAL DO CÂNCER DE MAMA: ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO E APOIO PSICOLÓGICO

Cândida Maria de Oliveira

Graduada em Enfermagem pelo Centro Universitário Augusto Motta, UNISUAM, Rio de Janeiro, RJ, Brasil.

Karla Ellen da Silva Pereira

Graduada em Enfermagem pelo Centro Universitário Augusto Motta, UNISUAM, Rio de Janeiro, RJ, Brasil.

Paula Eduardo Furtado

Graduada em Enfermagem pelo Centro Universitário Augusto Motta, UNISUAM, Rio de Janeiro, RJ, Brasil.

Fernanda Bernardo dos Santos

Enfermeira e Mestre. Professora Auxiliar do Curso de Graduação em Enfermagem do Centro Universitário Augusto Motta - UNISUAM, Rio de Janeiro

RESUMO

Introdução: Entende-se neoplasia maligna da mama como câncer de mama, que é o crescimento desordenado de células determinando a formação de tumores malignos. Quem recebe o diagnóstico de câncer passa por um turbilhão de emoções: medo, raiva, angústia, tristeza, frustração. Todos esses sentimentos vêm à tona devido às incertezas sobre o seu futuro e inseguranças. A motivação para a realização deste estudo surgiu a partir da experiência pessoal vivenciada por uma das autoras. A partir de então foi definida a seguinte questão norteadora: como o enfermeiro pode atuar no cuidar da saúde mental da paciente durante o tratamento de câncer de mama? Para tanto, o objetivo geral do estudo compreender e descrever a importância do cuidar em saúde nos problemas apresentados dentro do perfil câncer de mama baseados em princípios holísticos; objetivos específicos: explorar o papel do enfermeiro no cuidado específico neste perfil de paciente; identificar estratégias de enfrentamento e apoio psicológico. **Metodologia:** Sendo assim, a coleta de dados da pesquisa apresentada foi organizada de forma bibliográfica, qualitativa, exploratória e descritiva. Foi realizada a busca pelos artigos na base de dados BVS com o descritor: "Neoplasia da mama" restringindo a pesquisa ao descritor " Psicologia ", foram utilizados os seguintes filtros: texto completo e idioma português sendo localizados 108 artigos. Após a leitura dos títulos foram selecionados 7 artigos para análise. **Resultados:** Os estudos destacam o papel essencial da enfermagem e do apoio psicológico. Pereira (2009) enfatiza que a enfermagem contribui não apenas no tratamento clínico, mas também no suporte emocional e

humanizado, o que impacta positivamente o bem-estar das pacientes. Conclusão: As conclusões alcançadas ressaltam a complexidade dos desafios emocionais e psicológicos que acompanham o diagnóstico e o tratamento do câncer de mama.

Palavras-Chave: Câncer de mama; sofrimento psicológico; cuidados de enfermagem.

INTRODUÇÃO

O câncer de mama é uma das formas mais prevalentes de câncer entre as mulheres em todo o mundo, representando não apenas um desafio de saúde pública, mas também uma jornada pessoal e emocionalmente desafiadora para milhões de mulheres e suas famílias. Com suas origens profundamente enraizadas na alteração genética e no crescimento anormal das células mamárias, o câncer de mama transcende as fronteiras geográficas e culturais, afetando mulheres de todas as idades, origens étnicas e contextos socioeconômicos.

Esta doença complexa apresenta uma ampla gama de apresentações clínicas, desde lesões iniciais detectadas por exames de rotina até estágios avançados com metástases em órgãos distantes. No entanto, além da dimensão puramente física, o câncer de mama também desencadeia uma série de desafios emocionais, psicológicos e sociais para as pacientes e suas famílias. O diagnóstico de câncer de mama é um evento impactante na vida de uma mulher, desencadeando uma série de emoções e preocupações que podem afetar significativamente sua saúde mental e qualidade de vida. Ao longo do tratamento, as pacientes enfrentam não apenas os efeitos colaterais físicos da doença e da terapia, mas também questões psicossociais complexas que demandam suporte e assistência especializada que devem ser exploradas.

Explorar o lado emocional do câncer de mama é adentrar em um território vasto e complexo, permeado por uma miríade de sentimentos que afetam não apenas a paciente, mas também seus familiares e entes queridos. O diagnóstico de câncer de mama é frequentemente acompanhado por uma gama de emoções intensas, que vão desde o medo e a ansiedade até a tristeza, a raiva e a incerteza quanto ao futuro. Essas emoções podem ser exacerbadas ao longo do tratamento, à medida que a paciente enfrenta cirurgias, quimioterapia, radioterapia e outros procedimentos invasivos.

O medo do desconhecido é uma das emoções mais prevalentes entre as mulheres diagnosticadas com câncer de mama. O medo da morte, da dor, da perda da feminilidade e da identidade, bem como o medo do impacto no relacionamento com os entes queridos, são todas preocupações que podem dominar a mente da paciente. Além disso, a incerteza em relação ao prognóstico e ao sucesso do tratamento pode gerar uma ansiedade constante, tornando difícil para a paciente encontrar paz de espírito e viver

no momento presente. A tristeza e a depressão também são emoções comuns entre as mulheres com câncer de mama. O impacto emocional da doença pode ser avassalador, levando à perda de interesse nas atividades cotidianas, isolamento social e sentimentos de desesperança e desamparo. A percepção da própria mortalidade pode levar a questionamentos existenciais e a uma profunda angústia emocional. Além das emoções negativas, muitas pacientes também experimentam uma incrível resiliência e força interior ao enfrentar o câncer de mama. O senso de determinação, coragem e esperança pode ser uma fonte poderosa de apoio durante o tratamento, capacitando a paciente a enfrentar os desafios com uma atitude positiva e determinada.

É importante reconhecer que o impacto emocional do câncer de mama não se limita apenas à paciente, mas se estende também aos seus familiares e cuidadores. O medo, a ansiedade e o estresse associados à doença podem afetar significativamente o bem-estar emocional de todos os envolvidos, exigindo apoio e recursos adequados para lidar com essas emoções.

Ao longo das últimas décadas, avanços significativos foram feitos no diagnóstico precoce, tratamento e cuidados de suporte para mulheres com câncer de mama, melhorando as taxas de sobrevivência e a qualidade de vida das pacientes. No entanto, ainda há desafios significativos a serem enfrentados, desde disparidades no acesso aos cuidados de saúde até a necessidade de abordagens mais personalizadas e centradas na paciente.

Neste contexto, os enfermeiros desempenham um papel crucial como membros da equipe de saúde, fornecendo cuidados holísticos que abordam não apenas as necessidades físicas, mas também as emocionais e psicológicas das pacientes.

A motivação para a realização deste estudo surgiu a partir da experiência pessoal vivenciada por uma das autoras. A partir de então foi definida a seguinte questão norteadora: como o enfermeiro pode atuar no cuidar da saúde mental da paciente durante o tratamento de câncer de mama? Para tanto, o **objetivo geral do estudo** é compreender e descrever a importância do cuidar em saúde nos problemas apresentados dentro do perfil câncer de mama baseados em princípios holísticos; **objetivos específicos**: explorar o papel do enfermeiro no cuidado específico neste perfil de paciente; identificar estratégias de enfrentamento e apoio psicológico; analisar o impacto emocional do diagnóstico e tratamento do câncer de mama sobre os pacientes; propor um plano de cuidados que envolva a equipe multidisciplinar, assegurando um suporte integral durante o tratamento.

AS EMOÇÕES E O SEU IMPACTO NA SAÚDE

As emoções são estados afetivos complexos que envolvem uma combinação de respostas físicas, cognitivas e comportamentais a estímulos internos ou externos. Elas são caracterizadas por sentimentos intensos e

passageiros, como alegria, tristeza, raiva, medo, entre outros, e desempenham um papel fundamental na regulação do comportamento, na tomada de decisões, interação social e na saúde. As emoções são influenciadas por uma variedade de fatores, incluindo experiências passadas, crenças, valores culturais e contextos sociais, e desempenham um papel importante na adaptação e sobrevivência dos seres humanos.

As emoções exercem um papel fundamental em nossa saúde física e mental. Seu impacto pode ser profundo, influenciando desde o funcionamento do sistema imunológico até a forma como lidamos com o tratamento de doenças, como o câncer de mama. Nos últimos anos, a relação entre emoções e saúde tem sido objeto de estudo em diversas áreas da ciência, incluindo a psicologia, a neurociência e a medicina. Entender como as emoções afetam o tratamento de doenças é essencial para proporcionar uma abordagem mais completa e eficaz no cuidado com a saúde.

Em primeiro lugar, é importante reconhecer que as emoções não existem em um vácuo; elas estão intrinsecamente ligadas ao funcionamento do corpo humano. Quando experimentamos emoções como a felicidade, o amor ou a gratidão, nosso cérebro libera neurotransmissores como a dopamina e a serotonina, que estão associados a sentimentos de bem-estar e prazer. Por outro lado, emoções como o estresse, a ansiedade e a tristeza desencadeiam a liberação de cortisol, conhecido como o hormônio do estresse, que pode ter efeitos negativos sobre o corpo a longo prazo.

O impacto das emoções sobre o sistema imunológico é especialmente relevante quando se trata do tratamento de doenças. Estudos têm demonstrado que o estresse crônico pode enfraquecer o sistema imunológico, tornando o organismo mais suscetível a infecções e doenças. Por exemplo, pacientes que passam por períodos de grande estresse tendem a apresentar uma recuperação mais lenta de cirurgias e têm maior probabilidade de desenvolver complicações pós-operatórias. Da mesma forma, o estresse pode comprometer a eficácia de tratamentos como a quimioterapia e a radioterapia, reduzindo a resposta do sistema imunológico e aumentando a probabilidade de efeitos colaterais.

Além do impacto direto sobre o sistema imunológico, as emoções também podem influenciar o comportamento das pessoas em relação ao tratamento de doenças. Por exemplo, pacientes que estão deprimidos tendem a ser menos aderentes ao tratamento, deixando de tomar os medicamentos prescritos ou de comparecer às consultas médicas de acompanhamento. Isso pode comprometer a eficácia do tratamento e levar a resultados piores a longo prazo. Da mesma forma, o estresse e a ansiedade podem levar as pessoas a adotar comportamentos prejudiciais à saúde, como o consumo excessivo de álcool, o tabagismo ou uma dieta pouco saudável, o que pode agravar ainda mais os sintomas da doença.

No entanto, nem todas as emoções têm um impacto negativo sobre o tratamento de doenças. De fato, emoções como a esperança, a fé e o otimismo podem desempenhar um papel importante na recuperação e no

bem-estar dos pacientes. Estudos têm demonstrado que pacientes que mantêm uma atitude positiva em relação ao tratamento têm maior probabilidade de seguir as recomendações médicas, apresentam uma recuperação mais rápida e têm uma melhor qualidade de vida. Além disso, o apoio emocional de amigos, familiares e profissionais de saúde pode ajudar os pacientes a lidar melhor com o estresse e a ansiedade associados ao tratamento de doenças, proporcionando conforto, apoio e esperança em momentos difíceis.

Por isso, é fundamental que os profissionais de saúde reconheçam a importância das emoções no tratamento de doenças e adotem uma abordagem mais holística e integrativa no cuidado com os pacientes. Isso significa não apenas tratar os sintomas físicos da doença, mas também levar em consideração o bem-estar emocional e psicológico do paciente. Isso pode incluir a prescrição de medicamentos para tratar a ansiedade e a depressão, a realização de terapias de apoio, como a terapia cognitivo-comportamental ou a terapia de grupo, e o encaminhamento para serviços de apoio psicológico e emocional.

Além disso, é importante que os profissionais de saúde trabalhem em parceria com os pacientes para desenvolver estratégias eficazes de enfrentamento do estresse, da ansiedade e da depressão. Isso pode incluir o ensino de técnicas de relaxamento, como a meditação, o mindfulness (“atenção plena”) e a respiração profunda, o estímulo à prática regular de exercícios físicos, e o fornecimento de informações e recursos para ajudar os pacientes a lidar melhor com os desafios emocionais associados ao tratamento de doenças.

Em resumo, as emoções exercem um papel fundamental no tratamento de doenças, influenciando desde o funcionamento do sistema imunológico até o comportamento dos pacientes em relação ao tratamento. Portanto, é essencial que os profissionais de saúde reconheçam a importância das emoções no cuidado com os pacientes e adotem uma abordagem mais holística e integrativa, que leve em consideração não apenas os aspectos físicos, mas também os aspectos emocionais e psicológicos da doença. Ao fazer isso, podemos proporcionar um cuidado mais completo e eficaz, que promova a recuperação e o bem-estar dos pacientes a longo prazo.

SOBRE O CÂNCER DE MAMA

O câncer de mama é uma doença maligna que se origina nas células da mama, sendo o tipo mais comum de câncer entre as mulheres em todo o mundo. Embora seja mais prevalente em mulheres, também pode afetar homens, embora com uma incidência muito menor. É uma condição complexa e multifatorial, resultante de uma combinação de fatores genéticos, hormonais, ambientais e de estilo de vida. Sendo um importante problema de saúde pública no Brasil, é o tipo de câncer mais comum entre as mulheres, depois do câncer de pele não melanoma. De acordo com o Instituto Nacional

do Câncer (INCA), estima-se que, para cada ano do triênio 2020-2022, sejam diagnosticados 66.280 novos casos de câncer de mama no Brasil, o que representa uma taxa de incidência de aproximadamente 61 casos a cada 100 mil mulheres. Além disso, o câncer de mama é a principal causa de morte por câncer entre as mulheres brasileiras, com uma estimativa de 17.760 óbitos por ano.

Vários fatores de risco estão associados ao desenvolvimento do câncer de mama, incluindo: Sexo e Idade – O câncer de mama é mais comum em mulheres, especialmente após os 50 anos de idade. No entanto, pode ocorrer em mulheres mais jovens e em homens, embora com menos frequência. História Familiar e Genética – Mulheres com história familiar de câncer de mama, especialmente se o câncer ocorreu em parentes de primeiro grau (mãe, irmã ou filha), têm um risco aumentado de desenvolver a doença. Além disso, mutações genéticas hereditárias, como as mutações nos genes BRCA1 e BRCA2, estão associadas a um maior risco de câncer de mama. Fatores Hormonais – Exposição prolongada a estrogênio, seja devido à menstruação precoce, menopausa tardia, terapia hormonal pós-menopausa ou uso de contraceptivos orais, está associada a um maior risco de câncer de mama. Obesidade e Estilo de Vida – A obesidade, o consumo excessivo de álcool, o tabagismo e a falta de atividade física estão associados a um maior risco de câncer de mama. Exposição a Radiações – Exposição à radiação ionizante, como radioterapia prévia no tórax, está associada a um risco aumentado de câncer de mama.

O diagnóstico precoce do câncer de mama é fundamental para o sucesso do tratamento. No Brasil, o Ministério da Saúde preconiza a realização da mamografia de rastreamento em mulheres na faixa etária de 50 a 69 anos, a cada dois anos. Além disso, as mulheres devem realizar o autoexame das mamas regularmente e procurar um médico se notarem qualquer alteração suspeita nas mamas. Então os métodos de diagnóstico incluem: Autoexame das Mamas – As mulheres são encorajadas a realizar regularmente o autoexame das mamas para detectar quaisquer alterações suspeitas. Mamografia – A mamografia é um exame de imagem que pode detectar tumores de mama antes mesmo de serem perceptíveis ao toque. Ultrassonografia – A ultrassonografia mamária é frequentemente utilizada para avaliar anormalidades detectadas na mamografia. Ressonância Magnética – A ressonância magnética das mamas pode ser utilizada para avaliar anormalidades detectadas em outros exames de imagem. Biópsia – A confirmação diagnóstica do câncer de mama geralmente requer uma biópsia, na qual uma amostra de tecido da mama é coletada e examinada sob um microscópio.

O tratamento do câncer de mama no Brasil é oferecido pelo Sistema Único de Saúde (SUS) e pode incluir: A cirurgia é frequentemente o primeiro passo no tratamento do câncer de mama e pode envolver a remoção do tumor (mastectomia) ou apenas a remoção do tecido mamário afetado (cirurgia conservadora da mama). A radioterapia usa radiação de alta energia para

destruir células cancerosas e encolher tumores. A quimioterapia utiliza medicamentos para destruir células cancerosas e impedir sua capacidade de crescer e se dividir. A terapia hormonal pode ser usada para tratar cânceres de mama que são sensíveis a hormônios, como aqueles que expressam receptores de estrogênio ou progesterona. A terapia-alvo utiliza medicamentos que atacam especificamente as células cancerosas, poupando as células saudáveis.

Apesar dos avanços no diagnóstico e tratamento do câncer de mama, ainda existem vários desafios a serem enfrentados no combate ao câncer de mama no Brasil. Alguns desses desafios incluem: Acesso à Saúde - Nem todas as mulheres têm acesso fácil a serviços de saúde, incluindo exames de mamografia e tratamento para o câncer de mama. Desigualdades Sociais e Regionais - Existem grandes desigualdades sociais e regionais no Brasil, o que pode levar a disparidades no acesso ao diagnóstico e tratamento do câncer de mama. Diagnóstico Tardio - Muitas mulheres ainda são diagnosticadas com câncer de mama em estágios avançados da doença, o que reduz suas chances de sobrevivência. Falta de Conscientização - A falta de conscientização sobre o câncer de mama e a importância do diagnóstico precoce ainda é um problema, especialmente entre mulheres de baixa renda e baixa escolaridade.

O Ministério da Saúde implementou vários programas de rastreamento e prevenção do câncer de mama, com o objetivo de aumentar o acesso ao diagnóstico precoce e ao tratamento da doença. Além do programa de mamografia de rastreamento para mulheres na faixa etária de 50 a 69 anos, o Ministério da Saúde também promove campanhas de conscientização sobre a importância do autoexame das mamas e do diagnóstico precoce do câncer de mama.

O Brasil tem uma comunidade científica ativa e engajada no estudo do câncer de mama, com várias instituições de pesquisa e universidades trabalhando para melhorar o diagnóstico, tratamento e prevenção da doença. Além disso, o país participa de estudos clínicos internacionais e colabora com outros países no desenvolvimento de novas terapias e estratégias de combate ao câncer de mama. Sendo um importante problema de saúde pública, é a principal causa de morte por câncer entre as mulheres. No entanto, com o diagnóstico precoce e o tratamento adequado, muitas mulheres podem sobreviver à doença e levar uma vida saudável e produtiva. É fundamental continuar investindo em programas de rastreamento e prevenção do câncer de mama, bem como em pesquisa científica, para melhorar os resultados para as mulheres afetadas por essa doença devastadora.

METODOLOGIA

A pesquisa científica abrange diversas metodologias, entre as quais se destacam a qualitativa, exploratória e descritiva, cada uma com características e objetivos específicos.

Assim, a pesquisa bibliográfica é uma etapa fundamental em qualquer investigação científica, pois envolve a coleta, análise e interpretação de informações já publicadas sobre um determinado tema. Sua eficácia depende da qualidade das fontes selecionadas e da habilidade do pesquisador em sintetizar e criticar o material disponível (Gil, 2008). A pesquisa qualitativa foca na compreensão de fenômenos sociais e humanos a partir da perspectiva dos participantes, utilizando métodos como entrevistas em profundidade, grupos focais e observação participante. Seu objetivo principal é obter uma compreensão profunda e contextualizada dos fenômenos estudados (Creswell, 2013).

A pesquisa exploratória visa proporcionar uma compreensão inicial sobre um problema ou fenômeno pouco conhecido, sendo caracterizada por sua flexibilidade e adaptabilidade. A principal contribuição desta pesquisa é a geração de novas ideias e a ampliação do entendimento sobre o tema em questão (Gil, 2008). A pesquisa descritiva tem como objetivo principal descrever características, comportamentos ou situações específicas de forma detalhada e sistemática. Martins e Theóphilo (2009) destacam que "a pesquisa descritiva observa, registra, analisa e correlaciona fatos ou fenômenos (variáveis) sem manipulá-los". Este tipo de pesquisa é amplamente utilizado em diversas áreas, como medicina, educação, marketing e ciências sociais.

Neste contexto, A pesquisa bibliográfica fornece a base teórica necessária, enquanto a qualitativa aprofunda a compreensão dos fenômenos. A pesquisa exploratória abre caminho para novas descobertas e a descritiva detalha as características dos fenômenos investigados. Juntas, essas abordagens contribuem para uma investigação científica robusta e abrangente.

Sendo assim, a coleta de dados da pesquisa apresentada foi organizada de forma bibliográfica, qualitativa, exploratória e descritiva. Foi realizada a busca pelos artigos na base de dados BVS com o descritor: "Neoplasia da mama" restringindo a pesquisa ao descritor " Psicologia ", sendo encontrados 12.925 artigos. A fim de reduzir a busca foram utilizados os seguintes filtros: texto completo e idioma português sendo localizados 108 artigos. Após a leitura dos títulos foram selecionados 7 artigos para análise.

Tabela 1: Lista dos artigos selecionados

Título	Autores	Ano	Revista	Resumo
Esperança, Medo e Qualidade de vida Relacionada à Saúde na Percepção de Mulheres com Câncer de Mama	ARAÚJO, Marlon Noronha	2021	Rev. Bras. Cancerol. (online)	O artigo tem como objetivo conhecer o significado que as mulheres com câncer de mama em tratamento em um hospital universitário atribuíram à sua experiência de medo mascarado pelo sentimento de esperança, bem como investigar a percepção da qualidade de vida no enfrentamento da doença. Concluindo que a

				experiência do período de diagnóstico e tratamento inclui enfrentamento, conhecimento da doença, assistência clínica (médicos, equipes), exaltação ao desespero e o paradoxo entre o medo e a esperança. Sendo que também foi discutida a essência da experiência vivenciada e Compartilhada participantes à luz da teoria da doença, como uma ruptura da narrativa biográfica.
Câncer de mama: sentimentos e percepções das mulheres diante do diagnóstico	MATTIA S, Silvia Regina	2018	Rev. Pesqui. (Univ. Fed. Estado Rio J., Online)	Com o objetivo de conhecer os sentimentos e percepções das mulheres diante do diagnóstico de câncer de mama. O estudo mostra que as mulheres já esperavam o diagnóstico de câncer, porém, mesmo dizendo estarem preparadas para tal diagnóstico, diante da notícia se sentiram aflitas, receberam apoio da família e também buscaram apoio religioso para enfrentar este difícil momento.
Mulheres de meia idade e o enfrentamento do câncer de mama	RIBEIRO, Vanessa Costa	2014	Rev. cuid. (Bucaramanga. 2010)	O estudo objetivou analisar as mudanças em vários papéis que mulheres de meia-idade está desenvolvendo nessa fase da vida, abordando os problemas encontrados nessa fase e identificar se existem estratégias utilizadas para uma melhor qualidade de vida. Sendo as estratégias envolvidas que mais imperam no sucesso do tratamento, são o apoio da família e cônjuge, bem como, a volta dessa mulher ao seu espaço social, com a ajuda de grupos de vivência e serviços de reabilitação social.
Depressão, ansiedade e qualidade de vida em mulheres em tratamento de câncer de mama	SANTOS JÚNIOR, Nilo Coelho dos	2010	Rev. bras. mastologia	Com o objetivo de avaliar a prevalência de depressão, ansiedade e qualidade de vida em mulheres encaminhadas para atendimento em ambulatório terciário de mastologia, foi realizado estudo observacional de corte transversal, descritivo, analítico e prospectivo, em 25 mulheres em tratamento para câncer de mama, atendidas no Ambulatório de Mastologia do Hospital Geral de Palmas, Tocantins, no período entre setembro a novembro de 2009. Os resultados apresentados sugerem que os eventos estressantes podem ter

				influência sobre o surgimento do câncer de mama, e que os fenômenos psicológicos de depressão e ansiedade necessitam de uma melhor avaliação quanto à utilização dos instrumentos de levantamento de dados nas pesquisas realizadas.
A atuação de enfermagem no cuidado emocional às mulheres acometidas por câncer de mama e suas famílias	PEREIRA, Leticia Cardoso de Lacerda	2009	Rev. enferm. UFPE on line	O estudo tem como objetivo descrever a contribuição da enfermagem na assistência emocional às mulheres portadoras de câncer de mama. Sendo que cabe a enfermagem participar de todas as etapas, da prevenção ao término do tratamento. Concluindo que o cuidado de enfermagem deve, cada vez mais, tornar-se humanizado.
Câncer de mama feminino e psicologia	RAMOS, Bianca Figueiredo	2009	SBPH, Sociedade Brasileira de Psicologia Hospitalar	Este artigo teve como objetivo compreender e descrever o comportamento, a dinâmica psíquica de quem possui esta patologia e suas expectativas mais comuns. O trabalho também aborda conteúdos sobre o aspecto biopsicossociocultural da mulher acometida pelo câncer de mama, trazendo pontos relevantes e essenciais para a vida da paciente em tratamento, assim como estratégias de abordagem psicológica para apoio na situação cirúrgica.
Câncer de mama e sofrimento psicológico: aspectos relacionados ao feminino	SILVA, LC DA	2008	Psicologia em Estudo.	Este artigo tem o objetivo de levantar alguns pontos de reflexão no que se relaciona aos significados culturais da doença e do significado do seio enquanto ícone da identidade feminina. Partimos do princípio de que enriquecer a compreensão dos aspectos que influenciam o sofrimento da mulher com câncer de mama contribui para que os profissionais de saúde, principalmente os de saúde mental, possam assisti-la de maneira mais eficiente e abrangente. compreensão precisa da situação.

Fonte: Autores (2024)

RESULTADOS

Perfil dos Estudos Selecionados

Os sete artigos selecionados abordam diferentes aspectos emocionais e de enfrentamento de mulheres com câncer de mama, publicados entre 2008 e 2021. Os temas explorados incluem medo, esperança, ansiedade, apoio familiar, e o papel da enfermagem na assistência emocional.

A maioria dos estudos é de caráter descritivo e qualitativo, analisando experiências emocionais e estratégias de enfrentamento das participantes a partir de observações e relatos detalhados.

Vivências Emocionais das Mulheres com Câncer de Mama

Os artigos revelam que o diagnóstico de câncer de mama desencadeia uma gama complexa de emoções, incluindo medo, ansiedade, depressão e, em alguns casos, sentimentos de esperança. Por exemplo, Araújo (2021) destacou o paradoxo entre o medo e a esperança, evidenciando que as pacientes enfrentam o diagnóstico com uma mescla de sentimentos, onde o medo do desconhecido e da mortalidade é parcialmente equilibrado pela esperança de tratamento e

O estudo de Mattias (2018) apontou que, apesar de algumas mulheres tentarem se preparar mentalmente para o diagnóstico, ao recebê-lo ainda experimentam um profundo sofrimento emocional. Esse impacto, segundo o estudo, reforça a necessidade de apoio emocional no momento do diagnóstico.

Estratégias de Enfrentamento Adotadas

Os artigos analisados indicam que as estratégias de enfrentamento variam de acordo com fatores como idade, estágio da doença e suporte social. Segundo Ribeiro (2014), o apoio familiar e conjugal é essencial para mulheres de meia-idade, contribuindo para que retomem suas atividades sociais e profissionais.

Outro estudo relevante é o de Ramos (2009), que destaca o papel de práticas religiosas e espirituais como estratégias significativas para algumas mulheres enfrentarem o diagnóstico e o tratamento, além de auxiliar na reconstrução da autoestima e no fortalecimento emocional.

Ramos (2009) também explora o papel da psicologia no apoio ao tratamento, enfatizando abordagens que considerem o aspecto biopsicossocioespiritual das pacientes. O suporte psicológico é fundamental para lidar com o estresse e reforçar as estratégias de enfrentamento.

O uso de grupos de apoio e vivência foi destacado por Santos Júnior (2010) e Pereira (2009) como fundamentais para promover um sentimento de pertencimento, trocas de experiências e fortalecimento emocional.

Papel da Enfermagem e do Apoio Psicológico

Os estudos também destacam o papel essencial da enfermagem e do apoio psicológico no processo de enfrentamento emocional. Pereira (2009) enfatiza que a enfermagem contribui não apenas no tratamento clínico, mas também no suporte emocional e humanizado, auxiliando as pacientes em todas as etapas do tratamento, desde a prevenção até o pós-tratamento, o que impacta positivamente o bem-estar das pacientes.

Ramos (2009) e Silva (2008) exploram a importância do acompanhamento psicológico para a saúde mental das pacientes, proporcionando a elas um espaço seguro para expressar seus sentimentos e entender os impactos do câncer de mama em sua identidade e autoestima.

Comparação com a Literatura

A análise dos artigos selecionados revela uma convergência com a literatura sobre o papel central do apoio emocional e da resiliência no enfrentamento do câncer de mama, observa-se uma coerência entre as estratégias de enfrentamento adotadas pelas pacientes e o que é descrito por teorias psicológicas sobre o enfrentamento de doenças crônicas. Por exemplo, a literatura aponta que o apoio social e as práticas de autocuidado são essenciais para lidar com diagnósticos graves, o que é confirmado por Ribeiro (2014) e Mattias (2018). Os achados corroboram a importância do apoio familiar e psicológico e a necessidade de intervenções focadas na melhoria da qualidade de vida, alinhando-se com estudos que destacam a abordagem integrada no tratamento.

Implicações para Práticas Futuros

Com base nos resultados apresentados, nota-se que a integração de práticas psicológicas e sociais mais direcionadas poderia fortalecer ainda mais o suporte às pacientes, contribuindo para uma melhora na adaptação emocional e na qualidade de vida.

DISCUSSÃO

A discussão deste trabalho visa interpretar e correlacionar os resultados dos estudos selecionados com os objetivos deste trabalho, analisando as contribuições da literatura para a compreensão dos aspectos emocionais do câncer de mama e as principais estratégias de enfrentamento e apoio psicológico disponíveis para as pacientes.

Primeiramente, observou-se que os estudos apontam para uma relação complexa entre o diagnóstico de câncer de mama e as respostas emocionais desencadeadas, como o medo, a ansiedade e a depressão. A experiência com o câncer de mama envolve uma série de desafios psicológicos, que incluem o luto pela perda da saúde, o impacto na autoestima e as mudanças na identidade feminina, associadas muitas vezes à simbolização dos seios (Silva, 2008). Esse entendimento reforça a importância de abordagens terapêuticas que considerem o sofrimento

psicológico dessas mulheres de forma integrada e humanizada, como sugerido por Ramos (2009).

Outro ponto relevante que emerge dos artigos é o papel do apoio familiar, social e espiritual no enfrentamento da doença. Mattias (2018) ressalta que, mesmo as mulheres que se dizem preparadas para o diagnóstico, ainda enfrentam momentos de aflição e incerteza, buscando apoio tanto em familiares quanto em práticas religiosas. Esses elementos não apenas auxiliam no enfrentamento, mas também são fundamentais para a construção de uma rede de suporte emocional, que promove uma adaptação mais positiva ao processo de tratamento.

O estudo de Ribeiro (2014) destaca, ainda, a importância do retorno das pacientes às suas atividades sociais e à convivência familiar, apontando que essas estratégias contribuem para a reabilitação e melhor qualidade de vida. A enfermagem é uma figura central nesse processo de suporte, fornecendo um cuidado humanizado em todas as etapas, desde o diagnóstico até o final do tratamento (Pereira, 2009).

Além disso, os artigos selecionados indicam que o suporte psicológico pode ajudar a mitigar os sintomas de ansiedade e depressão, melhorando a qualidade de vida das pacientes. O trabalho de Santos Júnior (2010) enfatiza a necessidade de uma abordagem mais rigorosa na avaliação dos fenômenos psicológicos associados ao câncer, sugerindo que as intervenções psicológicas podem ser eficazes no controle desses sintomas, trazendo alívio e suporte emocional às mulheres afetadas.

Por fim, a discussão dos resultados dos estudos selecionados mostra que o enfrentamento do câncer de mama vai além da dimensão médica, exigindo uma abordagem holística que integre a saúde mental, o suporte emocional, a interação social e o apoio espiritual. Estratégias de intervenção devem, portanto, ser multidimensionais e centradas na paciente, com ênfase no acolhimento e no fortalecimento psicológico, para que as mulheres se sintam amparadas e capazes de enfrentar a doença com mais segurança e esperança.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo permitiu uma compreensão mais profunda das nuances emocionais enfrentadas por mulheres diagnosticadas com câncer de mama, evidenciando como o suporte oferecido por profissionais da enfermagem, familiares e grupos de apoio contribui significativamente para o manejo dos impactos emocionais do diagnóstico e tratamento. Esse apoio não apenas ajuda a lidar com sentimentos de medo e ansiedade, mas também reforça o sentimento de esperança e resiliência, fundamentais para o enfrentamento da doença. As conclusões alcançadas ressaltam a complexidade dos desafios emocionais e psicológicos que acompanham o diagnóstico e o tratamento do câncer de mama.

Constatou-se que o apoio de familiares e amigos é fundamental para a estabilidade emocional, funcionando como uma âncora durante o

tratamento. Além disso, o papel do cônjuge e da família foi destacado como essencial para enfrentar as fases mais difíceis do tratamento.

As estratégias de enfrentamento identificadas, como o apoio familiar, espiritualidade, inserção em grupos de apoio e atividades de reabilitação social, mostraram-se eficazes para minimizar o impacto emocional. A análise revela que essas estratégias não apenas promovem a estabilidade emocional, mas também facilitam o processo de aceitação e adaptação das pacientes às mudanças trazidas pelo câncer de mama, especialmente em relação à autoimagem e identidade.

Apesar dos avanços, os dados sugerem que ainda existem lacunas no atendimento psicológico prestado a essas mulheres, especialmente no que diz respeito à humanização do cuidado e à individualização do tratamento. Muitas pacientes relataram carências emocionais que poderiam ser mitigadas com uma abordagem mais personalizada. Essa realidade aponta para a necessidade de capacitação dos profissionais de saúde e o desenvolvimento de práticas mais humanizadas que considerem a particularidade do sofrimento psicológico de cada mulher.

A pesquisa contribui também para a compreensão do papel dos profissionais da enfermagem no apoio psicológico na oncologia, indicando a importância de estratégias de apoio emocional e práticas de acolhimento no tratamento de pacientes com câncer de mama. Estes resultados reforçam a necessidade de se desenvolver políticas e práticas que valorizem a dimensão emocional e psicossocial do tratamento, garantindo, assim, um atendimento integral e sensível às necessidades das pacientes.

Este estudo ressalta a importância de futuras pesquisas focadas em práticas específicas de apoio psicológico e enfrentamento emocional que possam ser aplicadas de forma eficaz em diferentes contextos culturais e socioeconômicos. Além disso, sugere-se explorar o impacto de novas abordagens terapêuticas e métodos de acolhimento no bem-estar emocional de mulheres com câncer de mama, visando ao desenvolvimento de intervenções ainda mais eficazes e acessíveis.

Este trabalho reforça que o enfrentamento emocional do câncer de mama é um processo complexo que demanda atenção multidisciplinar e práticas de acolhimento sensíveis. Ao abordar a relevância das estratégias de enfrentamento e apoio psicológico, conclui-se que um atendimento mais humanizado e centrado nas necessidades emocionais das pacientes é indispensável para melhorar sua qualidade de vida e bem-estar.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, Marlon Noronha; RIBEIRO, Leandro Aparecido dos Santos; MENDONÇA, Tânia Maria da Silva. Esperança, Medo e Qualidade de vida Relacionada à Saúde na Percepção de Mulheres com Câncer de Mama **Rev. Bras. Cancerol. (Online)**; 2021. Disponível em

<https://docs.bvsalud.org/biblioref/2022/02/1355101/mhrossiart18_parapublicar-1.pdf>. acessos em 12 mai. 2024.

MATTIAS et al. Câncer de mama: sentimentos e percepções das mulheres diante do diagnóstico. **Rev. Pesqui. (Univ. Fed. Estado Rio J., Online)**; 2018. Disponível em <https://seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/6057/pdf_1>. acessos em 15 mai. 2024.

PEREIRA, Letícia Cardoso de Lacerda; SILVA, Paulo Ricardo Bernardino da; SILVA, Jorge Luiz Lima da. A atuação de enfermagem no cuidado emocional às mulheres acometidas por câncer de mama e suas famílias. **Rev. enferm. UFPE on line**; 2009. Disponível em <<https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/5602/4822>>. acessos em 14 mai. 2024.

RAMOS, Bianca Figueiredo; LUSTOSA, Maria Alice. Câncer de mama feminino e psicologia. **Rev. SBPH**, 2009. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-08582009000100007&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 03 abr. 2024.

RIBEIRO, Vanessa Costa; PORTELLA, Vanessa Sandra Dutra Cabral; MALHEIRO, Vanessa Eliene de Souza. Mulheres de Meia Idade e o Enfrentamento do Câncer de Mama. **Rev Cuid**, 2014. Disponível em <http://www.revenf.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2216-09732014000200012&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 10 mai. 2024.

SANTOS JÚNIOR et al. Depressão, ansiedade e qualidade de vida em mulheres em tratamento de cancer de mama. **Rev. bras. mastologia** 2010. Disponível em <<https://revistamastology.emnuvens.com.br/rbm/article/view/23/14>>. acessos em 14 mai. 2024.

SILVA, LC da. Câncer de mama e sofrimento psicológico: aspectos relacionados ao feminino. **Psicologia em Estudo**, 2008. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1413-73722008000200005>>. acessos em 03 abr. 2024.