



**CENTRO UNIVERSITÁRIO FAMETRO
CURSO DE FISIOTERAPIA**

**ANA MARIA ALMEIDA LIMA
CÍCERA CLÁUDIA MACÊDO CORREIA SILVA**

**A PERCEPÇÃO DAS MULHERES MASTECTOMIZADAS SOBRE O
AUTOCUIDADO**

**FORTALEZA
2022**

ANA MARIA ALMEIDA LIMA
CÍCERA CLÁUDIA MACÊDO CORREIA SILVA

A PERCEPÇÃO DAS MULHERES MASTECTOMIZADAS SOBRE O
AUTOCUIDADO

Artigo TCC apresentado ao curso de
Fisioterapia do Centro Universitário
Fametro - UNIFAMETRO – como requisito
para a obtenção do grau de bacharel, sob
a orientação da prof.^a Me. Patrícia da
Silva Taddeo e co-orientação da prof.^a
Dra. Denise Moreira Lima Lobo.

FORTALEZA

2022

ANA MARIA ALMEIDA LIMA
CÍCERA CLÁUDIA MACÊDO CORREIA SILVA

A PERCEPÇÃO DAS MULHERES MASTECTOMIZADAS SOBRE O
AUTOCUIDADO

Artigo TCC apresentada no dia 14 de junho de 2022 como requisito para a obtenção do grau de bacharel em Fisioterapia do Centro Universitário Fametro – UNIFAMETRO - tendo sido aprovado pela banca examinadora composta pelos professores abaixo:

BANCA EXAMINADORA

Prof^a. Me. Patrícia da Silva Taddeo
Orientador – Centro Universitário Fametro – UNIFAMETRO

Prof^a. Natália Aguiar Moraes Vitoriano
Membro - Centro Universitário Fametro – UNIFAMETRO

Prof^o. Natany Santos Martins Ferreira
Membro - Centro Universitário Fametro – UNIFAMETRO

À professora Patrícia da Silva Taddeo, que com sua dedicação e cuidado de mestre, orientou-me na produção deste trabalho.

AGRADECIMENTOS – ANA MARIA ALMEIDA LIMA

A Deus, pela vida que me concedeu, por ter me dado forças e saúde ao longo dessa caminhada acadêmica, e por me guiar à conclusão de mais uma etapa de minha vida. Sem Ele nada seria possível.

Aos meus pais, que sempre me apoiaram e acreditaram em mim, por todo carinho e por todo esforço investido na minha formação. Em especial, a minha mãe (in memoriam), minha eterna companheira e meu maior exemplo de força e fé.

A meu irmão, pela sua amizade e por todo apoio durante essa trajetória.

A meus amigos, que sempre estiveram ao meu lado, por sempre me incentivarem e por sua torcida.

Aos meus colegas de curso, que compartilharam desta caminhada nos últimos anos, pelo companheirismo e pela troca de experiências.

A todo o corpo docente da Fisioterapia da Unifametro, pela excelência da qualidade do ensino e por todo cuidado no processo da formação profissional. Em especial a orientadora Patrícia da Silva Taddeo e a coorientadora Denise Moreira Lima Lobo, pela confiança e motivação, por sua dedicação e paciência durante o todo o processo.

AGRADECIMENTOS – CÍCERA CLÁUDIA MACÊDO CORREIA SILVA

Agradeço a Deus, minhas filhas Nathasha Bianca, Nayana Brenda, Nayara Bruna e meu esposo Jorge Luiz por todo o incentivo, apoio e compreensão durante essa caminhada acadêmica.

Aos nossos queridos professores em especial nossa orientadora Patrícia Taddeo e coorientadora Denise Lobo, por toda generosidade de partilhar seus conhecimentos e expertises de forma compromissada e responsável.

A nossa banca avaliadora composta pelas professoras Natália Aguiar e Natany Santos, que aceitaram participar e contribuir desse momento acadêmico de grande relevância.

E agradecer também a coordenadora do curso de fisioterapia Unifametro a professora Thaís Teles por sua disponibilidade, competência e garra de sempre lutar pela excelência do nosso curso.

A PERCEPÇÃO DAS MULHERES MASTECTOMIZADAS SOBRE O AUTOCUIDADO

Ana Maria Almeida Lima¹

Cícera Cláudia Macêdo Correia Silva¹

Denise Moreira Lima Lobo²

Patrícia da Silva Taddeo²

RESUMO

Segundo o Instituto Nacional de Câncer (INCA), a neoplasia mamária é o carcinoma mais comum entre a população feminina e, estima-se a ocorrência de 66 mil novos casos no triênio de 2020 a 2022. O câncer de mama é uma patologia que acarreta grande temor, pois desenvolve na paciente sentimentos negativos e incertezas relacionadas ao seu tratamento, aos efeitos colaterais que podem ser desencadeados e as consequências que a doença pode impactar em sua vida. O presente estudo tem como objetivo principal identificar por meio da literatura a percepção das mulheres mastectomizadas quanto ao impacto da mastectomia e o autocuidado. Trata-se de um estudo do tipo revisão integrativa de literatura, de estudos qualitativos, realizado nas bases de dados PUBMED, PEDro e LILACS, nos idiomas português e inglês, nos últimos 10 anos. A amostra final foi composta por 10 artigos, nos quais pode-se identificar a percepção das mulheres quanto ao impacto da mastectomia em suas vidas, e os meios de autocuidado que elas adotaram. O autocuidado se apresenta como uma importante ferramenta para a reconexão com a nova imagem e uma melhor aceitação de sua nova condição. Assim, faz-se necessário uma crescente abordagem qualitativa com essas pacientes, objetivando gerar uma abordagem mais humanizada dos profissionais da saúde atuantes junto a esse público tão necessitado.

Palavras-chave: Câncer de Mama; Mastectomia; Autocuidado.

¹Graduando do curso de Fisioterapia do Centro Universitário Fametro - UNIFAMETRO.

²Prof^a. Orientadora do curso de Fisioterapia do Centro Universitário Fametro -UNIFAMETRO.

ABSTRACT

According to the National Cancer Institute (INCA), breast cancer is the most common carcinoma among the female population and it is estimated that 66,000 new cases will occur in the triennium from 2020 to 2022. Breast cancer is a pathology that causes great fear, as it develops in the patient negative feelings and uncertainties related to her treatment, the side effects that can be triggered and the consequences that the disease can impact on her life. The main objective of the present study is to identify, through the literature, the perception of mastectomized women regarding the impact of mastectomy and self-care. This is an integrative literature review, of qualitative studies, carried out in the PUBMED, PEDro and LILACS databases, in Portuguese and English, over the last 10 years. The final sample consisted of 10 articles, in which it was possible to identify the perception of women regarding the impact of mastectomy on their lives, and the means of self-care they adopted. Self-care presents itself as an important tool for reconnection with the new image and a better acceptance of their new condition. A growing qualitative approach to these patients is necessary, aiming to generate a more humanized approach from health professionals working with this public in much need.

Key words: Breast cancer. Mastectomy. Self-care.

1 INTRODUÇÃO

Segundo pesquisas realizadas pelo Instituto Nacional de Câncer (INCA), a neoplasia mamária é o carcinoma mais comum entre a população feminina, sendo o tipo de maior incidência e o que tem maior mortalidade em todas as regiões do Brasil, com exceção da região Norte, que apresenta o câncer de colo de útero como sendo o tipo de câncer mais letal que atinge as mulheres dessa região (BRASIL, 2021).

De acordo com análise preditiva, o INCA estima para o triênio de 2020 a 2022 que acontecerão 625 mil casos novos de câncer no Brasil, sendo o melanoma o tipo mais incidente, seguido pelo câncer de mama e de próstata que apresentam cada um, uma perspectiva de 66 mil novos casos. Esses dados consistem em importante ferramenta para a efetivação de ações de controle e prevenção do câncer (BRASIL, 2019).

O câncer de mama é uma patologia que causa um grande temor nas mulheres pois está fortemente relacionado à extirpação física, que irá produzir alterações no estilo e na qualidade de vida da paciente. Ao receber o diagnóstico de uma neoplasia mamária, a paciente já começa a ser rodeada por vários sentimentos negativos e incertezas relacionadas ao seu tratamento, os efeitos colaterais que podem ser desencadeados e as consequências que a doença pode impactar em sua vida (HAGEN et al, 2021).

Um dos grandes questionamentos que impactam negativamente a mulher que recebe o diagnóstico de câncer de mama é em relação a sua percepção física corporal e as mudanças que um tratamento de amputação total ou parcial, ou não cirúrgico podem ocasionar em sua imagem como mulher. Esse impacto é cercado pela possibilidade de danos psicológicos decorrentes de questionamentos acerca da imagem feminina, que está intimamente ligado aos seios, e pode motivar problemas na vida sexual. Ademais o processo de tratamento como um todo, gera um duplo sentimento, há a esperança de cura e o medo do retorno da doença, se fazendo necessário a participação da rede de apoio como a família, com ênfase no seu companheiro (a), ajudando na aceitação dessa nova imagem (HAGEN et al, 2021; COSTA et al 2020).

No contexto social atual, as mulheres ainda são, em sua maioria, as cuidadoras do lar e da família, porém as modificações físicas após a mastectomia, por vezes, dificultam as atividades diárias, gerando preocupação e sentimento de incapacidade. Quanto à atuação profissional, a redução da produtividade repercute em sensação de insuficiência e desvalorização, e quando é necessário o abandono do ofício, diminui-se os ciclos de participação social (DIAS et al, 2017).

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), o autocuidado é o conhecimento responsável de um indivíduo em promover sua saúde no formato biopsicossocial, com ou sem a intervenção de um profissional de saúde. Essa abordagem de cuidado é feita pelo próprio indivíduo ou com sua participação, onde, o mesmo, busca através da prevenção, domínio e gerenciamento de sua condição de adoecimento, uso de fármacos, reabilitação e até maneiras paliativas, desenvolver uma situação de vida com maior qualidade (WHO, 2021).

Assim, o fisioterapeuta integra a equipe multidisciplinar que atua nessa abordagem biopsicossocial, orientando a paciente no sentido de promoção de conhecimento acerca de prevenções para o incentivo do autocuidado, proporcionando uma terapêutica de estratégias direcionadas e individualizadas, dividindo com a paciente a consciência do autocuidado (MARCHITO et al, 2019).

A adesão ao autocuidado pelos pacientes com câncer repercute de forma positiva nos efeitos adversos da doença e do seu tratamento invasivo. A rede de apoio familiar e social, assim como as expectativas de vida do paciente, vão ser fatores essenciais para o engajamento do paciente no autocuidado (CHAGAS et al, 2021).

O interesse pelo tema surgiu após contato com familiares que passaram por esse processo, em que se pode perceber que o câncer de mama e a mastectomia, além das sequelas físicas, deixam marcas invisíveis nessas pacientes. Espera-se compreender o impacto da mastectomia nessas mulheres e a sua percepção do autocuidado, a partir dos estudos encontrados.

O estudo teve como objetivo identificar por meio da literatura a percepção das mulheres mastectomizadas quanto ao impacto da mastectomia e o autocuidado.

2 METODOLOGIA

2.1 Tipo de estudo

Trata-se de um estudo do tipo revisão integrativa de literatura, de estudos qualitativos, que aborda a seguinte questão norteadora baseada na estratégia PICO (População/Participantes; Intervenção; Comparador; Outcome/Desfecho): “Qual a percepção das mulheres mastectomizadas sobre o autocuidado?” (Quadro 1).

Quadro 1 – Estratégia PICO

PICO	Componentes	Descritor
População/ Participantes	Mulheres mastectomizadas	“Mastectomy”
Intervenção	Autocuidado	“Self care”
Comparador	xxxxx	xxxxx
Outcome/Desfecho	Percepção	“Perception”

Fonte: Os autores, 2022

2.2 Estratégia de busca

Para a busca foram consultadas as seguintes bases de dados: Public MEDLINE (PubMed) via National Library of Medicine, Physiotherapy Evidence Database (PEDro) e Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS). A coleta de dados ocorreu através de uma busca avançada nas bases de dados relatadas em abril de 2022.

Os descritores utilizados para pesquisa foram “mastectomy”, “mastectomia”, “physical therapy”, “fisioterapia”, “self care”, “autocuidado”, “perception”, “percepção”, “breast cancer”, consultados nas plataformas Medical Subject Headings (MESH) e Descritores em Ciências da Saúde (DeCS).

Foram utilizadas diferentes estratégias de busca nas bases de dados (Quadro 2). Na base de dados PubMed foram utilizados como filtros: últimos 10 anos; textos gratuitos completos; ensaios clínicos e ensaio controlado randomizado. Já na base de dados PEDro se utilizou os seguintes filtros: clinical trial; since 2012; score at

least 7; Match all search terms (AND). Quanto a base de dados LILACS não se aplicou filtros, devido a ausência desse campo na busca avançada.

Quadro 2 – Estratégia de Busca

Base de Dados	Estratégia de Busca	Artigos Encontrados
PubMed	mastectomy AND physical therapy AND self care	3
	mastectomy AND self care	13
	mastectomy AND perception	11
	breast cancer AND self care AND perception	15
	breast cancer AND perception	91
PEDro	mastectomy self care	0
	breast cancer self care	11
	breast cancer perception	4
	breast cancer self care perception	1
LILACS	fisioterapia AND mastectomia AND autocuidado	1
	mastectomia AND autocuidado	18
	mastectomia AND percepção	36
	mastectomia AND autocuidado AND percepção	0

Fonte: Os autores, 2022

2.3 Critérios de inclusão e exclusão

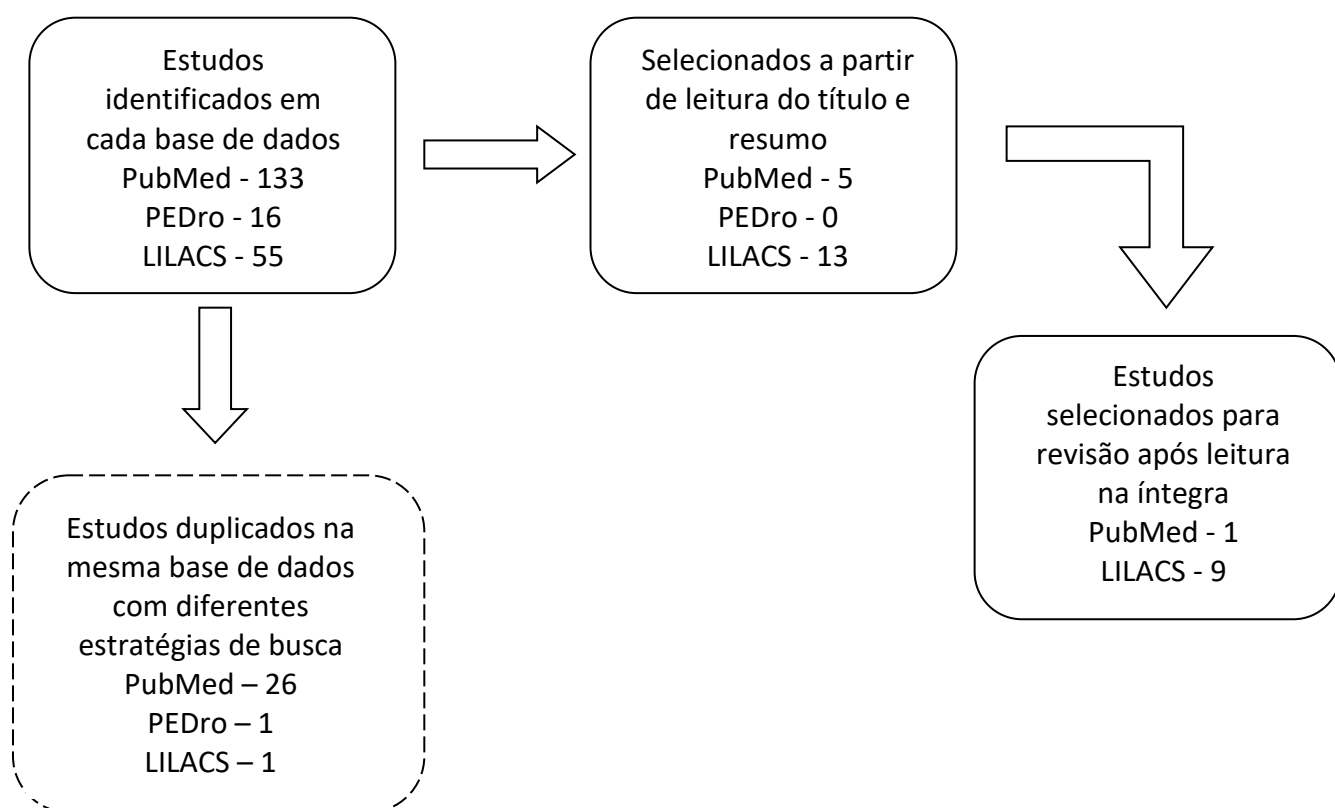
Foram incluídos estudos do tipo qualitativo, originais na íntegra, disponíveis online nas bases de dados selecionadas, nos idiomas português e inglês, nos últimos 10 anos. Foram excluídos artigos de revisão, de eventos de anais científicos, teses, dissertações, capítulos de livros, resumos de congressos, trabalhos de conclusão de curso e estudos que não contemplaram a temática abordada.

2.4 Seleção, extração de dados, síntese de dados

A pesquisa ocorreu inicialmente por pares, no segundo momento, em conjunto, foram selecionados os artigos pela leitura dos títulos e resumos com base nos critérios de inclusão. A partir dessa seleção, foi realizada leitura na íntegra, observando a relevância e coerência com a temática e objetivo do estudo.

Após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, leitura de texto na íntegra, a amostra ficou composta por 10 artigos. A Figura 1 apresenta um fluxograma do processo de busca e seleção dos artigos.

Figura 1 – Fluxograma do processo de busca e seleção dos artigos.



Fonte: Os autores, 2022

2.5 Aspectos éticos

Essa revisão não foi encaminhada ao comitê de ética em pesquisa (CEP), por não se tratar de estudo com seres humanos, entretanto foram assegurados todos os princípios éticos e todos os artigos a serem utilizados foram referenciados.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dos 10 artigos incluídos, nove foram publicados no Brasil e 1 nos Estados Unidos da América (EUA). Em relação a população estudada, a amostra total foi de 126 mulheres mastectomizadas, das quais 120 realizaram a cirurgia de mastectomia radical (95,2%), dessas 25 optaram pela reconstrução mamária (20,8%).

Os quadros 3 e 4 apresentam os artigos analisados no estudo. O quadro 3 apresenta um resumo dos estudos, onde identificamos o autor, objetivo, perfil da população, coleta de dados, percepção e autocuidado e no quadro 4 deu-se ênfase na apresentação dos resultados.

Mais da metade dos artigos selecionados (60%) são dos últimos cinco anos. Todos são estudos do tipo qualitativo, sendo dois (20%) com alguma abordagem terapêutica.

Quadro 3 – Características dos estudos qualitativos selecionados sobre a percepção das mulheres mastectomizadas sobre o autocuidado

Autor/Ano	Objetivo	Perfil da População	Coleta de Dados	Percepção	Autocuidado
FURLAN et.al., 2012	Compreender a percepção de mulheres submetidas à mastectomia acerca do apoio social recebido quando do enfrentamento do câncer de mama e da cirurgia de mastectomia	3 mulheres cadastradas no SISMAMA, residentes no município de Ribas – PR, submetidas a mastectomia parcial ou total	Entrevista semiestruturada, realizada nos domicílios, gravadas e transcritas na íntegra, no período de maio de 2011, tratada através de análise de conteúdo do tipo análise temática	Dificuldade de aceitação. Enfrentamento. Realização de AVD's. Solidão.	Importância da rede de apoio (familiares, amigos e equipe de saúde), fé e espiritualidade
MEZZOMO; ABAID,	Verificar a percepção de mulheres mastectomizadas	6 mulheres mastectomizadas, idade entre 46 e 77	Entrevista semiestruturada, análise de conteúdo	Abalo frente ao diagnóstico e tentativa de alguma	Família como importante fonte de suporte, apoio e

2012	quanto à notícia do diagnóstico e da mastectomia, rede de apoio e experiências positivas ao longo do tratamento do câncer de mama	anos, pertencentes a três grupos de apoio, localizados em uma cidade do interior do Rio Grande do Sul	conforme Bardin	forma obter o controle da situação. Revisão de valores, nova capacidade de se adaptar às situações adversas.	carinho, assim como a presença do cônjuge. Equipe de saúde como fortalecedora para a adesão ao tratamento.
TORIY et. al, 2013	Caracterizar as estratégias de enfrentamento da doença desenvolvida por essas mulheres após o câncer de mama	20 mulheres mastectomizadas, casadas, com mais de 12 meses de cirurgia e sem reconstrução mamária, com idade entre 32 e 60 anos	Entrevista estruturada, tratada mediante análise de conteúdo segundo a proposta de Minayo	A adaptação ao novo estilo de vida é marcada pelo sofrimento emocional. Limitações físicas do membro superior com linfedema. Sentimento de obrigatoriedade de aceitação da nova aparência. Desalento por não desempenharem com segurança e conforto suas atividades, tornando esse processo difícil e doloroso. Medo e a frustração	Autoconhecimento. Controle de sentimentos. Importância da rede de apoio familiar, amigos e sociedade. Sentimento de aceitação

				em sua vida pessoal e conjugal, levando a oscilações de sentimentos	
INOCENTI et.al., 2016	Compreender a repercussão dos efeitos da cirurgia reconstrutiva na vida de mulheres com câncer de mama	14 mulheres mastectomizadas, cadastradas no núcleo de mulheres mastectomizadas de uma universidade do interior de São Paulo, com idade entre 42 e 60 anos, com tempo de 2 a 16 anos da realização da mastectomia e 1 a 13 anos da cirurgia de reconstrução	Entrevista semiestruturada, audiogravada	Autoimagem mutilada, deformada. Redução da amplitude de movimento e da força do membro. Limitação para realização das AVD's.	Exercícios para prevenção e controle de linfedema. Correção da limitação de amplitude de movimentos. Drenagem linfática. Enfaxamento do membro. Estimulação elétrica. Participação em grupos verbais. Passeios monitorados. Reconstrução da autoimagem.
DIAS et. al., 2017	Conhecer a vivência de mulheres mastectomizadas em	6 mulheres em acompanhamento oncológico em um	Entrevista semiestruturada, realizada de março a	Aumento de dificuldade na realização das	Vivenciar a mastectomia. Capacidade de

	relação às atividades cotidianas	hospital de ensino no sul do Brasil, com mais de 18 anos, realizado mastectomia e em acompanhamento ambulatorial, após 1 ano de quimioterapia e radioterapia	junho de 2015, coleta domiciliar, tratada por análise de conteúdo conforme a proposta operativa	AVD's. Comprometimento físico. Redução do desempenho ocupacional. Sentimento de incapacidade. Desvalorização.	adaptação. Crenças e valores culturais. Rede de apoio. Círculo Social. Disponibilidade de serviço de saúde.
TIMM et.al., 2017	Conhecer a percepção e os sentimentos das mulheres mastectomizadas sobre sua imagem corporal	7 mulheres mastectomizadas, maiores de 18 anos, integrantes de um Grupo de Apoio a Mulheres com Câncer de Mama de um hospital universitário do Sul do Brasil	Entrevista individual aberta, gravadas e transcritas na íntegra, análise dos dados por proposta operativa (exploratório e interpretativo)	Sentimento negativo ao receber o diagnóstico. Medo, choro, desespero, negação frente a necessidade da retirada da mama. Ansiedade. Tristeza e medo de enfrentar a realidade do "novo" corpo. Imagem corporal negativa a priori. Dor.	Fé e apoio da família e dos amigos. Reconstrução mamária e o uso de próteses removíveis.
FIREMAN	Compreender e descrever a	29 mulheres mastectomizadas,	Entrevista semiestruturada,	Redução da capacidade	Tratamento fisioterapêutico

et. al., 2018	percepção das pacientes sobre o impacto do tratamento oncológico e a contribuição da fisioterapia na recuperação na qualidade de vida e funcionalidade	radical modificada, com restrição da amplitude de movimento, no INCA, no período de julho de 2016 a outubro de 2017, com idade média de 53,65 ($\pm 11,42$)	feitas no tratamento oncológico, análise de conteúdo proposta por Bardin	funcional, emocional, autoestima e social. Redução das AVD's. Medo, debilidade, insônia, estresse, solidão e fadiga.	voltado a recuperação da funcionalidade do membro e adaptação das AVD's, melhorando a qualidade de vida e autoestima
MARCHITO et.al., 2019	Identificar o nível de compreensão e adesão das pacientes às orientações fisioterapêuticas na prevenção e cuidado do linfedema	14 mulheres submetidas a tratamento cirúrgico de câncer de mama, maiores de 18 anos, que não tenham dificuldade de compreensão para responder as perguntas	Entrevista semiestruturada, análise segundo a narrativa de Bardin	Preocupação, medo/pânico. Fantasma do linfedema. Angústia, tristeza. Sensação de inutilidade.	Orientações fisioterapêuticas.
OLIVEIRA et. al., 2019	Avaliar a percepção da imagem corporal de mulheres mastectomizadas, assim como o impacto dos	10 mulheres mastectomizadas (somente uma das mamas), com ou sem reconstrução mamária, idade mínima de 18	Entrevistas individuais, semiestruturadas, gravadas, transcritas e analisadas por meio da análise de	Misto de emoções positivas e negativas frente ao diagnóstico, desde tristeza e desespero ao alívio. Algumas	Aceitação da condição. Fé e otimismo. Apoio da família, cônjuges, amigos, vizinhos, grupos de apoio e

	tratamentos do câncer de mama	anos, atendidas no ambulatório de fisioterapia do Hospital Universitário da Universidade Federal de Juiz de Fora, Minas Gerais	conteúdo de Bardin	sentiram medo em relação a cirurgia, enquanto outras não. Algumas citaram medo da quimioterapia e receio da recidiva do câncer ou de metástases. Mastectomia representou mutilação, sentimento de tristeza, vergonha e estranheza. Impacto da perda de cabelo. Autoestima afetada. Alterações posturais. Limitações das atividades. Isolamento social.	profissionais de saúde. Reconstrução mamária e prótese externa como busca de melhorar a autoimagem.
OSYPIUK et.al., 2020	Explorar as percepções de sobreviventes do câncer de mama, com dor pós-cirúrgica	18 mulheres submetidas a tratamento cirúrgico para câncer de mama estágio 0-III e com dor	As participantes foram ensinadas o exercício mente-corpo de Qigong ao longo de 12 semanas	Desconexão mente-corpo. Dor. Incapacidade ou	Importância de explorar conexão mente-corpo. Qigong.

	persistente, à medida que aprendem a prática do exercício mente-corpo de Qigong	pós-cirúrgica persistente por 3 ou mais meses após a cirurgia, quimioterapia e/ou radioterapia	e foram realizadas entrevistas semiestruturadas antes e após a intervenção, gravadas digitalmente e transcritas pelo Scribie Audio/Video Transcription	medo de se mover. Ansiedade.	Interação social.
--	---	--	--	------------------------------	-------------------

Fonte: Os autores, 2022

Quadro 4 – Resultados dos artigos selecionados sobre a percepção das mulheres mastectomizadas sobre o autocuidado

Autor/Ano	Resultados
FURLAN et.al., 2012	O apoio social recebido por mulheres submetidas a mastectomia durante a fase de diagnóstico e tratamento é essencial para o processo de recuperação física e emocional, e que a fé e espiritualidade é um possível fator de prevenção no desenvolvimento de impactos negativos de doenças e eventual redução de óbito, conforme estudo esse risco reduz em até 30%
MEZZOMO; ABAID, 2012	Postura ativa frente o diagnóstico. Mudanças de valores e atitudes. Família e o cônjuge como principal rede de apoio.
TORIY et. al, 2013	Foram identificadas a partir das falas o impacto das alterações físicas no estilo de vida e aceitação do corpo, assim como alterações emocionais com enfrentamento e

	descobertas
INOCENTI et.al., 2016	Através da reconstrução mamária o estudo mostrou que houve a recuperação da autoestima em algumas mulheres e que em outras o enfrentamento de complicações no pós-operatório desencorajou a realização da reconstrução. Mostrou ainda a importância da aplicação dos conhecimentos para os profissionais de saúde sobre essa temática, elaborando estratégias de informações sobre o direito dessas mulheres de realizarem a reconstrução mamária, informando vantagens e desvantagens da cirurgia, possibilitando o envolvimento maior destas na tomada de decisões quanto ao seu tratamento
DIAS et. al., 2017	Após a mastectomia, as atividades antes desenvolvidas pelas mulheres, tanto domésticas como as remuneradas, adquiriram um grau de dificuldade maior necessitando de adaptações. A rede de apoio associada à fé colabora para minimizar os prejuízos físicos e emocionais dessas mulheres.
TIMM et.al., 2017	A maioria das participantes tiveram reações negativas no momento do diagnóstico, sendo este de forma breve, com poucas explicações. Reações negativas ao saber a necessidade da mastectomia. Dificuldade de aceitação da nova imagem. Encontram na fé e na rede de apoio forças para enfrentar o tratamento e aceitar a nova imagem. Outras utilizaram como estratégia a reconstrução e as próteses
FIREMAN et. al., 2018	Fisioterapia contribuiu para melhora da capacidade funcional, emocional, assim como a autoestima, auxiliando para a reinserção social e melhor qualidade de vida
MARCHITO et.al., 2019	A adesão às orientações de autocuidado reduz de acordo com o aumento do tempo de pós-operatório. Quando a colocação dessas orientações é feita de forma proibitiva geram sentimentos negativos nas pacientes, sendo necessário cuidado e maior atenção na forma que é passado as orientações, buscando propor adaptações e não proibições, promovendo a compreensão e cooperação,

	compartilhando a responsabilidade do autocuidado.
OLIVEIRA et. al., 2019	A percepção da recepção do diagnóstico, e a forma de encarar o processo do tratamento varia de acordo com a história de cada mulher. Muitas mulheres se apoiaram na fé, muitas receberam apoio dos familiares, o que serviu de amparo nos momentos mais difíceis lhes dando forças. Além da família, amigos, vizinhos, grupos de apoio e a equipe de saúde se mostra fundamental no processo de enfrentamento da doença. Muitas relataram tristeza e vergonha em relação a imagem corporal, e buscaram a reconstrução mamária ou as próteses externas como estratégia de melhorar a autoimagem.
OSYPIUK et.al., 2020	As mulheres perceberam o Qigong como uma meditação em movimento. A intervenção permitiu reconectar mente e corpo, redução das dores e melhora na relação das mulheres com seus corpos, assim como reconstruir a confiança em seu corpo.

Fonte: Os autores, 2022

Por meio dos estudos revisados, pode-se identificar a percepção das mulheres quanto ao impacto da mastectomia em suas vidas, e os meios de autocuidado que elas adotaram, respondendo assim de forma satisfatória o objetivo do estudo.

O impacto causado as pacientes quando ocorre a constatação da doença através do diagnóstico, gera em muitas, sentimentos de medo, angústia, incapacidade e culpa. Em suas falas observou-se o quanto esse momento muda as suas vidas e as deixam vulneráveis, afinal a incerteza da cura e a mutilação causada em sua autoimagem, quer por tratamentos como quimioterapias ou pela perda de um órgão através da mastectomia passam a assolar seus pensamentos e suas vidas de forma geral. Essas mulheres precisam adaptar-se não apenas a uma nova imagem, mas a realização de todas suas atividades de vida diária. Com isso, sua funcionalidade passará por ajustes e o que costumava ser realizado com facilidade, apresenta agora um grau de dificuldade maior. No estudo de Oliveira et al. (2019), foram encontrados nas falas das mulheres um misto de sentimentos, que não traziam apenas a tristeza gerada pela doença, mas também foi possível observar a positividade da possibilidade da cura por meio da realização da cirurgia de mastectomia.

Nesse sentido, a funcionalidade é prejudicada devido a diminuição da amplitude de movimento e redução da força muscular, como também outros fatores que podem comprometer o membro superior homolateral à cirurgia, o que afeta a realização das atividades cotidianas, e pode impactar ainda sua participação social. Não há como separar limitação física da emocional, uma vez que a funcionalidade do indivíduo tem uma abrangência biopsicossocial e quando um dos componentes é impactado negativamente, gera uma redução na qualidade de vida (FANGEL et al., 2013; SILVA et al., 2014).

A rede de apoio, foi bastante citada nos artigos, mostrando a relevância desse cuidado para as mulheres mastectomizadas. Na fase de diagnóstico e tratamento, a colaboração do apoio de cônjuge, amigos, profissionais de saúde e grupos de apoio, reduzem a angústia, depressão e melhoram a aceitação para essas mulheres, minimizando a percepção negativa da autoimagem.

Outro ponto que contribui de forma positiva, nos estudos de Dias et al. (2017), Furlan et al. (2012), Timm et al. (2017) e Oliveira et al. (2019), é a fé e

espiritualidade que funcionam como pilares, amparando e mostrando o fortalecimento e a redução de danos emocionais para essas mulheres. Estudos apontam que a religiosidade e a espiritualidade, em pacientes oncológicos, estão associadas a benefícios não somente na saúde mental, com redução da ansiedade, depressão e estresse, mas também apresenta impacto positivo na saúde física, social e qualidade de vida. Além disso, identificou-se relação entre o maior bem-estar espiritual e menor intensidade de dor (BÜHRER; ORNELL, 2022; OLIVEIRA et al., 2020).

A reconstrução mamária com colocação de próteses, também é um outro caminho encontrado como autocuidado para essas mulheres. Segundo os estudos de Inocenti et al. (2016), Timm et al. (2017) e Oliveira et al. (2019), muitas encontram nesse tratamento um alento para a mutilação e aceitação de seus corpos, passando por outro processo cirúrgico e resgatando sua imagem corporal.

Assim, as orientações quanto ao autocuidado se tornam mais eficientes e com maior adesão e compreensão quando colocadas com antecedência. Observa-se através das falas das mulheres que a forma como são passadas as instruções podem gerar danos emocionais, quando são utilizadas de forma proibitiva, levando as pacientes a frustrações e angústias, pois atividades realizadas com desenvoltura, agora necessitam de adaptações, muitas vezes gerando uma maior demanda de tempo e auxílio de terceiros para sua completa execução.

A limitação encontrada para realização do estudo, ocorreu através da temática voltada para a percepção das mulheres sobre o autocuidado, que apresenta carência de literatura. Observamos a necessidade de um olhar maior sobre a realização de novos estudos do tipo qualitativo, dando vez e registrando a voz dessas mulheres com enfoque em suas percepções quanto a importância do autocuidado.

O estudo se positiva quando voltamos o olhar da percepção sobre o autocuidado, a compreensão e o empoderamento de sua condição clínica e opções de terapêuticas que se faz essencial para um bom prognóstico e uma qualidade de vida satisfatória. Foi percebido similaridades entre as falas das mulheres dos estudos analisados, quanto a percepção do impacto da mastectomia e o autocuidado gerido por elas, demonstrando assim a relevância da temática e a

necessidade de estudo, uma vez que o câncer tem uma grande prevalência e incidência no mundo.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A revisão dos estudos permitiu analisar a percepção das mulheres mastectomizadas sobre o autocuidado, possibilitou ainda uma melhor compreensão do impacto do câncer de mama em suas vidas, desde o diagnóstico da doença, aos medos, temores e expectativas diante desse processo. O autocuidado se apresenta como uma importante ferramenta para a reconexão com a nova imagem e uma melhor aceitação de sua nova condição.

A partir dessas considerações, se faz necessário uma crescente abordagem qualitativa com essas pacientes, objetivando gerar um material mais humanizado, onde as abordagens dos profissionais da saúde possam dispor desses conteúdos para atuarem junto a esse público tão necessitado.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Instituto Nacional de Câncer - INCA. **Controle do Câncer de Mama, conceito e magnitude**. 2021, online. Disponível em: <<https://www.inca.gov.br/controlado-cancer-de-mama/conceito-e-magnitude>>. Acesso em: 08 de set. de 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. Instituto Nacional de Câncer - INCA. **Estimativa 2020 – incidência de câncer no Brasil**. 2019, online. 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: 08 de set. de 2021.

BÜHRER, F. C.; ORNELL, F. Evidências científicas sobre os benefícios da religião/espiritualidade em pacientes oncológicos. **Revista Brasileira de Psicoterapia**, Porto Alegre, v. 24, n. 1, p. 63-90, 2022.

CHAGAS, L. M. O. Self-care related to the performance of occupational roles in patients under antineoplastic chemotherapy treatment. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, v. 29, 2021.

COSTA, R. R. da. et al. The Perception of Women Who Underwent a Mastectomy Procedure Assisted in a Federal Hospital. **Revista de Pesquisa: Cuidado e Fundamental**, [s. l.], v. 12, n. 1, p. 1139–1143, 2020.

DIAS, L. V. et al. Mulher mastectomizada por câncer de mama: vivência das atividades cotidianas. **Rev Fund Care Online**, [s. l.], v. 9, n. 4, p. 1074-1080, 2017.

FANGEL, L. M. V. et al. Qualidade de vida e desempenho de atividades cotidianas após tratamento das neoplasias mamárias. **Acta Paulista de Enfermagem** [online], v. 26, n. 1, p. 93-100, 2013.

FIREMAN, K. de M. et al. Percepção das Mulheres sobre sua Funcionalidade e Qualidade de Vida após Mastectomia. **Revista Brasileira de Cancerologia**, [s. l.], v. 64, n. 4, p. 499-508, 2018.

FURLAN, M. C. R. et al. Percepção de Mulheres Submetidas à Mastectomia sobre o Apoio Social. **Ciência, Cuidado e Saúde**, [s.l.], v. 11, n. 1, p. 66-73, 2012.

HAGEN, B. M. et al. Câncer De Mama: (Re)Significando a Imagem Corporal Feminina. **Revista Científica de Enfermagem - RECIEN**, [s. l.], v. 11, n. 34, p. 266–276, 2021.

INOCENTI, A. et al. Repercussão dos Efeitos da Cirurgia Reconstructora na Vida de Mulheres com Neoplasias da Mama. **Texto contexto - enferm.**, Florianópolis, v. 25, n. 2, 2016.

MARCHITO L. O. et al. Prevenção e cuidado do linfedema após o câncer de mama: entendimento e adesão às orientações fisioterapêuticas. **Rev. Brasileira de Cancerologia**, online, v. 65, n. 1, p. e-03273, 2019.

MEZZOMO, N. R.; ABAID, J. L. W. O Câncer de Mama na Percepção de Mulheres Mastectomizadas. **Psicologia em pesquisa**, Juiz de Fora, v. 6, n. 1, p. 40-49, 2012.

OLIVEIRA, S. S. W. et al. A espiritualidade no enfrentamento da dor em pacientes oncológicos: revisão sistemática. **BrJP** [online], v. 3, n. 2, p. 158-163, 2020.

OLIVEIRA, T. R. de. et al. Câncer de Mama e Imagem Corporal: Impacto dos Tratamentos no Olhar de Mulheres Mastectomizadas. **Saúde e Pesquisa**, Maringá, v. 12, n. 3, p. 451-462, 2019.

OSYPIUK, K. et al. "Making Peace with Our Bodies": A Qualitative Analysis of Breast Cancer Survivors' Experiences with Qigong Mind-Body Exercise. **Journal of Alternative and Complementary Medicine**, [s.l.], v. 26, n. 9, p. 827-834, 2020.

SILVA, S. H. da et al. Qualidade de vida pós-mastectomia e sua relação com a força muscular de membro superior. **Fisioterapia e Pesquisa**, [s.l.], v. 21, n. 2, p. 180-185, 2014.

TIMM, M. S. et al. A imagem corporal na ótica de mulheres após a mastectomia. **Ciência, Cuidado e Saúde**, [s.l.], v. 16, n. 1, 2017.

TORIY, A. M. et al. Percepções, sentimentos e experiências físicoemocionais de mulheres após o câncer de mama. **Journal of Human Growth and Development**, São Paulo, v. 23, n. 3, p. 303-308, 2013.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Self-care interventions for health**. [S.l.]: 2021. Disponível em: <https://www.who.int/health-topics/self-care#tab=tab_1>. Acesso em: 13 de set. de 2021.