

AUTOEXAME DAS MAMAS: FATORES QUE LEVAM MULHERES DE UMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE A NÃO REALIZAÇÃO DO AUTOEXAME

Ana Paula Rampelotti Liasch¹, Jefferson Nery Correia².

RESUMO

O câncer de mama é um dos principais problemas de saúde pública, sendo a primeira causa de morte da população feminina. O presente estudo teve como objetivo identificar os motivos que levam as mulheres de uma unidade de saúde do município de Campo Mourão a não realização do autoexame das mamas. Trata-se de uma pesquisa descritiva - exploratória com abordagem qualitativa. Foi aplicado um questionário a 20 mulheres com idade entre 40-49 anos, selecionadas por meio de abordagem aleatória durante visitas domiciliares, de agosto a outubro de 2008. Para coleta de dados foi utilizado um questionário semiestruturado, com dados sócios demográficos, sobre motivação, entusiasmo e práticas usadas pelas mulheres ao realizar o autoexame das mamas. As respostas abertas foram agrupadas por temas, considerando as colocações predominantes, que foram confrontadas com outros estudos sobre o assunto. Foi possível verificar que a maioria das mulheres tem conhecimento restrito sobre o tema, relatam falta de entusiasmo para realização do exame e quando realizam não o fazem de maneira adequada. Identificamos que a maioria não conhece o tema de maneira apropriada, tendo falha na frequência correta em realizar o exame, e o medo da morte é o principal sentimento demonstrado.

Palavras-chave: neoplasias mamárias; auto-exame; saúde da mulher.

BREAST SELF-EXAMINATION: FACTORS THAT LEAD WOMEN OF A BASIC HEALTH UNIT TO DO NOT PERFORM THE SELF-EXAMINATION

ABSTRACT

Breast cancer is one of the most important problems of public health and the first cause of death of female population. This descriptive-exploratory and qualitative study aimed to identify the reasons why women from a health unit of Campo Mourão do not practice the breasts self-examination. A questionnaire was applied to 20 women aged from 40 to 49 years old, randomly selected during home visits, from August to October 2008. To collect data a semi-structured questionnaire with socio-demographic indicators was used. This questionnaire also collected information about motivation, enthusiasm and practices used by women to perform breasts self-examination. The open answers were grouped by themes, considering the prevailing ideas, which were compared with other studies. Results revealed that most women have limited knowledge about the theme. Women reported lack of enthusiasm to carry out the self-examination and when it is performed they do not make it adequately. We identified that most women do not show properly knowledge about this subject. In addition, women do not know about the correct frequency to perform the breasts self-examination, and the fear of death is the main feeling demonstrated.

Keywords: breast neoplasia; breast self-examination; woman's health.

INTRODUÇÃO

No último século, as mulheres têm conseguido muitas conquistas e principalmente se fortalecido quando se trata de sua liberdade e direitos, porém apesar dessas vitórias ainda sofrem muitas derrotas principalmente com relação a sua saúde e mais especificamente com o câncer de mama, sendo este, por sua alta frequência e seus efeitos psicológicos o mais temido por elas (1).

O câncer de mama para mulher representa uma importante alteração em seu contexto

biológico, fisiológico, psicológico, familiar e social, tendo em vista o dano físico, que pode chegar até a retirada das mamas, que representa na verdade uma mutilação real, podendo refletir em todo seu universo existencial (2).

Para Davim et al. (3), esses efeitos incluem, pensamentos negativos, tais como, ansiedade, choque, desespero, depressão e medo. Além disso, o câncer de mama pode ser uma doença de que em médio e/ou longo prazo pode resultar não só em uma doença a ser vencida, mas algo que possa levar a mulher à morte.

¹ 1 Enfermeira Graduada pela Faculdade Integrado de Campo Mourão - Paraná

² Docente do Curso de Enfermagem da Faculdade Integrado de Campo Mourão - Paraná

O câncer de mama representa a neoplasia maligna de maior incidência em muitos países, entre eles o Brasil, que no ano de 2005 apresentava uma taxa bruta de incidência estimada em 52,93 por 100 mil mulheres, representando um aumento progressivo no número de mulheres acometidas pela doença (4).

Isso se confirma segundo dados da Regional de Saúde de Campo Mourão, Paraná. Com uma incidência de 10,80% de mulheres com câncer de mama em um coeficiente de morbidade por 100.000 habitantes, o município abriga uma população de 82.352 habitantes, dos quais 27.770 são mulheres (5).

Porém existem muitos fatores associados que contribuem para esse aumento do câncer de mama, tais como, urbanização, industrialização e a probabilidade genética. Além disso, as mudanças dos hábitos de vida da população, como o consumo exagerado de carnes, gorduras, e produtos industrializados (6).

Quando se trata da probabilidade genética de desenvolver neoplasias mamárias deve-se considerar a história familiar, principalmente quando há casos confirmados na família com parentesco de primeiro grau. Outros fatores predisponentes relacionados com características individuais são a primiparidade tardia (gestações após os 30 anos) e ainda a menarca precoce, antes dos 12 anos (3).

No entanto para Mendonça (7), entre esses fatores, o que mais implica é a história obstétrica, ou seja, a mulher ter gerado filhos ou não. Ao contrário do que diz Marinho et al. (8), sendo o fumo um dos principais desencadeantes do câncer de mama, principalmente em mulheres que mantêm o hábito de fumar desde a adolescência.

Por outro lado, Clagnan et al. (4), relatam que entre esses fatores o surgimento do câncer de mama está relacionado com a idade, sendo as mulheres mais jovens vítimas de um diagnóstico mais grave, com letalidade consideravelmente mais elevada em relação às mulheres mais velhas.

Com base nessa problemática e não havendo uma forma de evitar o surgimento do câncer de mama, o que melhor se pode obter são medidas de prevenção e detecção precoce por meio da prática sistemática do

autoexame de mamas, o exame clínico das mamas realizado por profissionais de saúde com maior periodicidade e a atenção quanto aos fatores de riscos que podem desencadear a doença (3).

Além disso, é fundamental que o diagnóstico precoce de câncer de mama seja feito juntamente com informações e conscientização das mulheres sobre a realização do exame clínico e do exame de mamografia, sendo este um conjunto de atitudes essenciais para a detecção precoce do câncer de mama (8).

Essas práticas podem contribuir para que as mulheres percebam alterações em suas mamas, mas devido a preconceitos, timidez e o atendimento ineficaz da rede básica de saúde, que tem dado pouca atenção às medidas de detecção precoce de câncer de mama, podemos verificar elevados coeficientes de mortalidade (9).

Contudo, é necessário que o autoexame das mamas seja uma prática orientada e incentivada por todos os profissionais envolvidos com a saúde da mulher, a fim de despertar seu interesse e com isso possibilitar a descoberta de alterações em seu corpo, criando o hábito de se autoexaminar, pois é este dentre os métodos o que mais contribui na detecção precoce do câncer de mama (10).

Portanto, esse trabalho tem como objetivo caracterizar os fatores que levam as mulheres a não realizarem o autoexame das mamas.

MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de um estudo descritivo e exploratório com abordagem qualitativa (11).

A população estudada foi composta por mulheres com idade entre 40-49 anos, que para o Ministério da Saúde estão entre a população feminina de risco, a mesma faixa etária residentes na área de abrangência da Unidade Básica de Saúde Damferri, localizada na cidade de Campo Mourão - PR.

Foi aplicado um questionário para um grupo de 20 mulheres que foram selecionadas por meio de uma abordagem aleatória durante visitas em residências, no período de agosto a outubro de 2008. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética da Faculdade Integrado de

Campo Mourão, sob o número 42308 conforme a resolução 196/96, sendo a pesquisa autorizada pela Secretaria de Saúde de Campo Mourão.

Para a coleta de dados foi elaborado um questionário semiestruturado, para o levantamento de dados sócio-demográficos, sobre motivação, entusiasmo e práticas usadas pelas mulheres ao realizar o autoexame das mamas.

Para a análise dos dados, as respostas abertas foram agrupadas por temas, considerando as colocações predominantes, que foram confrontadas com outros estudos sobre o assunto.

Para a análise dos dados, as mulheres foram denominadas por pseudônimos, seguindo a ordem das abordagens, de M1 a M20.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após a análise dos questionários, foi possível classificar as respostas por temas que são: conhecimento sobre o autoexame das mamas, frequência na realização do autoexame das mamas, entusiasmo em realizar o autoexame das mamas e o sentimento existente em desenvolver o câncer de mama.

Para a escolha dos temas utilizou-se da análise de conteúdo que é um conjunto de técnicas de análise das comunicações visando obter, por procedimentos sistemáticos e objetivos de descrição do conteúdo das mensagens, indicadores que permitem a inferência de conhecimentos relativos às condições de produção/recepção destas mensagens (12).

No grupo pesquisado (Tabela 01), 12 (60%) pertenciam à faixa etária de 40 a 44 anos, sendo notório que a maioria encontra-se na faixa em que, segundo o Ministério da Saúde, o risco de desenvolver o câncer de mama é maior (13).

Quanto ao estado civil 18 (90%) eram casadas. Muitas mulheres, principalmente as casadas possuem mais de uma jornada de trabalho, em diversas profissões, formais ou informais, que tomam boa parte de seu tempo, podendo contribuir para que elas não tenham um hábito de saúde conforme é preconizado, e menos ainda em fazer o autoexame das mamas (14).

No que se refere à dupla jornada daquelas que trabalham fora, houve paridade dos resultados, 10 (50%) mulheres desempenham dupla jornada de trabalho.

Tabela 1. Distribuições dos pacientes segundo Idade, Estado Civil e Nível de Escolaridade

Variáveis	n	%
Idade		
40 a 44 anos	12	600
45 a 49 anos	08	400
Total	20	1000
Estado Civil		
Solteira	01	055
Casada	18	900
Viúva	01	055
Total	20	1000
Nível de Escolaridade		
0 a 6 anos de estudo	06	300
4 a 8 anos de estudo	01	055
8 ou mais anos de estudo	13	655
Total	20	1000

Quanto à escolaridade percebe-se que a maioria dessas mulheres 13 (65%), possuem um satisfatório nível de escolaridade, o que supostamente possa contribuir na conscientização quanto à importância e a prática sistemática do autoexame das mamas quando devidamente orientadas, o que confirma o estudo realizado por Freitas Jr. et al. (4), que mostraram que as mulheres que estudaram por mais de cinco anos praticam o autoexame, 60% a mais do que as que estudaram por menos de cinco anos no decorrer da vida.

CONHECIMENTO SOBRE O AUTOEXAME DAS MAMAS

Quanto se trata dos conhecimentos sobre o exame, foi possível verificar que das mulheres entrevistadas, 16 (60%) mostraram ter um grau de conhecimento bom sobre o autoexame das mamas, confirmando os achados de Davim et al. (3) onde o conhecimento das mulheres são suficientes, tendo condições de perceber com critérios qualquer alteração em seu corpo, o que é possível verificar nas seguintes falas:

(...) “É um exame realizado nas mamas, com nossas próprias mãos.” M1

(...) “É aquele que a própria mulher realiza apalpando suas mamas.” M2

(...) “É um exame que a mulher realiza em suas mamas em frente ao espelho.” M7

Porém dessas mulheres, somente 4 (20%) desconheciam total ou parcialmente o tema, como pode ser observado nos discursos:

(...) “É um exame geral do corpo, completo.” M3

(...) “Não sei direito não.” M10

No entanto, nota-se que algumas das mulheres sabe de maneira restrita o que é o autoexame das mamas, nesse sentido é que se verifica a importância da atuação da equipe de saúde realizando educação em saúde.

Portanto, com essas falas, é possível perceber que ainda há necessidade do fortalecimento de campanhas de saúde relacionadas ao conhecimento do tema, juntamente com incentivo profissional, favorecendo para a melhoria do conhecimento das mulheres, onde as mesmas percebam o quanto é importante o cuidado com o seu corpo e sintam a necessidade de se autoexaminar e procurar o serviço de saúde onde será realizado o exame clínico das mamas, e assim ter incutido em sua mente, o benefício que ela estará fazendo a si mesma (3).

FREQUÊNCIA NA REALIZAÇÃO DO AUTOEXAME DAS MAMAS

Quando se trata da frequência da realização do autoexame das mamas, 11 (55%) mulheres relataram que não o realizam todo mês, porém dessas onze, metade delas realizam uma vez ao ano, enquanto as demais uma vez a cada três ou seis meses.

Falas:

(...) “Eu faço uma vez durante o ano.” M5

(...) “Eu faço uma vez a cada seis meses.” M3

(...) “Faço de três em três meses mais ou menos.” M2

Porém, nove mulheres disseram realizar o autoexame todo o mês.

(...) “Faço o exame mensalmente.” M9

O que nos revela que a maioria das mulheres questionadas realiza o exame, mas não da maneira como é preconizada, que deveria ser uma vez por mês (10). A não realização do autoexame mensal pode influenciar na descoberta do nódulo tardiamente, podendo ser identificados em um tamanho maior em relação aos nódulos das mulheres que praticam o exame todo mês (11).

Portanto, através desses dados torna-se necessário que as mulheres sejam informadas

constantemente de que a realização sistemática proporciona expectativa de vida de 75%, e as que não praticam o exame regularmente reduzem suas chances para 59% (11). As informações podem ser passadas para essas mulheres através da consulta de enfermagem, na coleta do exame colpocitológico, palestras, cartazes e através consulta médica, aproveitando as oportunidades de contato com a mulher, a fim de proporcionar informações suprimindo suas dúvidas (11).

ENTUSIASMO EM REALIZAR O AUTOEXAME DAS MAMAS

No que se refere ao entusiasmo das mulheres em realizar o autoexame das mamas, a maioria delas, afirmaram não realizar o exame por vários motivos, mas entre essas, cinco afirmaram que não realizam porque não se lembram devido aos afazeres domésticos, o que segundo elas ocupam a maior parte do seu tempo e quando percebem o dia já passou.

(...) “Eu não me lembro, o tempo vai passando e eu esqueço.” M2

(...) “Eu esqueço, o tempo é corrido.” M1

O que concorda Monteiro (11) ao relatar que um dos principais motivos para a não realização do autoexame das mamas é o esquecimento, que pode ser provocado pela sobrecarga, fazendo com que aumente a cada dia o desinteresse das mulheres para com o exame.

Porém, 4 (20%) mulheres não realizam o exame porque simplesmente não sentem vontade, não achando necessária a sua prática. Como é possível verificar nas falas:

(...) “Não tenho vontade.” M3

(...) “Eu acho que não precisa.” M4

Isso possivelmente nos mostra, que apenas expor as informações necessárias quanto a importância do exame não seja suficiente para a mudança de hábitos dessas mulheres, e sim incentivar sua prática, mostrando que cada um deve ser responsável pela manutenção de sua saúde e ainda realizar durante o atendimento de saúde o exame clínico das mamas (11).

No entanto, das 11 (55%) mulheres, relataram que não fazem o autoexame porque já fazem a mamografia, desconhecendo o auxílio que o autoexame pode fornecer para a detecção do câncer de mama.

(...) “Eu já faço a mamografia, daí eu nem faço.” M5

(...) “Eu não me preocupo porque eu já faço a mamografia.” M6

O que pode nos mostrar que ainda existe a desinformação de que o autoexame das mamas exerce um papel importante na saúde da mulher, esquecendo que o mesmo contribui no processo de conhecimento do seu corpo, além de poder identificar através o surgimento de possíveis glândulas malignas (8). Das 9 (40%) mulheres que demonstraram entusiasmo em realizar o autoexame sendo essas a minoria, realizam principalmente por estímulo da mídia (televisão e rádio) com campanhas de prevenção sobre o câncer de mama, o que as motivam momentaneamente a praticar.

(...) “Eu faço sim, ainda mais quando ouço alguém falar na televisão.” M4

Porém pode-se perceber que as campanhas de tomada de consciência a favor do autoexame das mamas podem ter grande influência na mudança de comportamento das mulheres, favorecendo sua prática a cada dia, como foi descrito no estudo de Deslandes et al. (13).

De todas as mulheres entrevistadas 3 (15%), ou seja, a minoria praticam o exame porque sabem que através dele será possível identificar alterações mamárias.

(...) “conhecendo nosso corpo saberemos se algo está errado.” M7

(...) “É através do exame que podemos perceber alterações em nosso corpo.” M8.

Marinho et al. (8) afirmaram que a prática do autoexame contribui auxiliando a detecção precoce de tumores mamários através das alterações percebidas. Contudo, cabe aos profissionais da saúde se empenhar cada vez

mais visando o incentivo da prática sistemática do autoexame das mamas, através de orientações promovidas no dia-a-dia, a fim de contribuir para a conscientização dessas mulheres.

Entretanto, poucas mulheres responderam que sentem vontade em realizar o exame, porque veem o método como preventivo, sendo possível detectar alterações logo no início. Esse número é preocupante, porque a minoria das mulheres que fizeram parte da pesquisa efetivamente praticam o exame como método de prevenção, um dado baixo diante dos riscos que o câncer de mama pode provocar.

(...) “É através do autoexame das mamas que identifico o princípio de um câncer de mama.” M9.

(...) “É um método preventivo que se encontrado algo a tempo, pode ser tratado e curado.” M7

Porém, esses dados apontam que as campanhas de detecção e/ou prevenção precoce não têm sido bem sucedidas, deixando o enfoque da prevenção de lado, permanecendo o câncer de mama ainda o responsável pela principal causa de morte entre as mulheres (9).

SENTIMENTO EM DESENVOLVER O CÂNCER

Em relação ao sentimento das mulheres sobre o risco existente em desenvolver o câncer de mama, 9 (45%) das mulheres relataram que seu maior medo é a morte.

(...) “Eu sinto medo de morrer.” M9

Poucas disseram que enfrentariam, e que procurariam ajuda logo no início.

(...) “Eu iria enfrentar e logo em seguida procuraria ajuda.” M6

E apenas 5 (25%) delas relataram que seu maior medo é a mutilação das mamas, decorrente do grau mais avançado do câncer.

(...) “Sinto medo de ficar sem meu seio.” M5

Esses dados apontam que a maioria dessas mulheres demonstraram que o maior medo existente é o da morte, pois acreditam que o câncer de mama ainda se apresenta como uma doença ameaçadora e incurável, não estando cientes das possibilidades de sobrevida diante do diagnóstico precoce e da efetividade do tratamento (16).

Para Davim et al. (3), esses sentimentos fazem com que a mulher possa adiar sua consulta ao médico pelo medo do diagnóstico, favorecendo a descoberta do câncer em um estágio já avançado, contribuindo para a mortalidade feminina.

Outro dado importante foi, que dessas mulheres a minoria relataram que ao saber do diagnóstico positivo de câncer, iriam enfrentar a doença procurando tratamento o mais rápido possível a fim de impedir seu avanço retardando sua evolução. Segue as falas:

(...) “Há, com certeza eu iria enfrentar, iria procurar ajuda.” M2

(...) “No momento é um choque, mas depois eu ia ao médico.” M5

(...) “Eu iria fazer o tratamento o mais rápido possível.” M7

Desta forma podemos perceber que essas mulheres mesmo temendo, de alguma forma procurariam compreender o fato da doença existir, buscando saber a causa de seu adoecimento, sendo dispostas a enfrentá-la realizando o tratamento o mais rápido possível, o que para elas aumentam as chances de sobrevida (15).

Dentre as mulheres, algumas referiram grande preocupação do risco existente e de uma possível mastectomia.

(...) “Deve ser terrível viver sem um seio, nunca mais dá vontade de tirar a roupa.” M2

(...) “Meu medo maior é de ficar sem as mamas, é como se tivesse perdido alguém.” M3

Através das falas, as mulheres mostraram algumas dificuldades que teriam que enfrentar, tais como a vergonha do próprio corpo diante da família, discriminação da sociedade, e ainda lidar com a perda de algo tão íntimo, sendo a mama algo tão importante na feminilidade da mulher. Porém pode-se perceber que a perda da mama para essas mulheres compromete a relação de sua consciência com seu próprio corpo, podendo romper a harmonia entre o corpo e a mente (15).

CONCLUSÃO

Os resultados alcançados por meio de dados coletados sobre o autoexame das mamas na Unidade Básica de Saúde Damferri, deu-nos a possibilidade de identificar que a maioria das questionadas pertenciam à faixa etária de 40 a 45 anos, sendo a maioria do lar e autônomas, as quais se enquadraram em um bom nível de escolaridade.

No que se refere ao conhecimento do autoexame das mamas a maior parte, mostraram ter um conhecimento bom sobre o tema, mas não sendo satisfatório o bastante para mudanças nas práticas de saúde.

A frequência da realização do exame é feita pela maioria das mulheres de maneira não preconizada, enfatizando que elas não realizam o exame de forma preconizada.

Em relação ao entusiasmo, a maioria das participantes afirmou não ter

nenhuma vontade em realizar o exame, tornando esse dado preocupante, já que se trata da maioria.

Quanto aos sentimentos conflitantes em desenvolver o câncer, a maioria das mulheres relataram que o maior medo é o da morte, esquecendo que antes disso há tratamentos que podem proporcionar cura.

Os resultados, aqui apresentados sugerem a necessidade de ampliar as informações sobre o que é autoexame das mamas e qual a frequência correta em realizá-lo, juntamente com práticas atrativas direcionadas a saúde da mulher as quais poderiam trazer uma solução, tais como: palestras, vídeos, depoimentos de quem já teve ou que esteja passando pela doença, a fim de despertar nas mesmas o interesse em examinar suas mamas.

O autoexame das mamas de forma isolada pode não prevenir efetivamente as neoplasias mamárias, mas acreditamos que essa prática pode influenciar na procura dos profissionais de saúde para a realização do exame clínico das mamas e da mamografia.

Contudo, sendo essa atitude tomada, os riscos em desenvolver o câncer podem ser diminuídos, transformando sentimentos conflitantes como o medo da morte e da mutilação em ação para a detecção precoce do câncer de mama.

**Ana Paula Rampelotti Liasch
Jefferson Nery Correia**

Endereço para correspondência: Endereço para correspondência: Faculdade Integrado, Campus, Rodovia BR 158, KM 207, CEP: 87300-970 Campo Mourão - PR. E-mail: jefferson.correia@grupointegrado.br

*Recebido em 07/04/2010
Revisado em 23/06/2010
Aceito em 06/08/2010*

REFERÊNCIAS

- (1) GONÇALVES, S.C.M.; DIAS, M.R. A prática do auto-exame da mama em mulheres de baixa renda: um estado de crenças. **Estudos de Psicologia**, Paraíba, v. 4, n. 1, p.141-159, abr. 1999.
- (2) RIBEIRO, M.C.P.; SILVA, M.J.P. Avaliação do sentimento de auto-estima em pacientes portadores de patologias oncológicas e onco-hematológicas que utilizam as terapias complementares. **Revista Nursing**, v. 63, n. 6, ago. 2003.
- (3) DAVIM, T.C.L. et al. Auto-exame de mama: conhecimento de usuárias atendidas no ambulatório de uma maternidade escola. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, Natal, v. 11, n. 3, p. 21-27, jan./fev. 2005.
- (4) CLAGNAN, W.S. et al. Idade como fator independente de prognóstico de câncer de mama. **Revista Brasileira Ginecologia Obstetrícia**, Ribeirão Preto, v. 30, n. 2, p. 67-74, fev. 2008.
- (5) DVIAS/SCIPS. **Coefficientes de Mortalidade**. Campo Mourão: 11º Regional de Saúde, 2007.
- (6) BERGAMASCO, R.B.; TSUNECHIRO, M.A. Câncer de mama e auto-exame. In: FERNANDES, R.A.Q.; NARCHI, N.Z. (Orgs.) **Enfermagem e Saúde da Mulher**, São Paulo: Malone, 2007. p. 116-121.
- (7) MENDONÇA, G.A.S. Câncer na população feminina brasileira. **Revista Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 27, n. 1, p. 68-75, 1993.
- (8) MARINHO, L.A.B. et al. Conhecimento, atitude e prática do auto-exame das mamas em centros de saúde. **Revista Saúde pública**, Campinas, v. 37, n. 5, p. 576-582, abr. 2003.
- (9) FERNANDES, R.A.Q; NARCHI, N.Z. Conhecimento de gestantes de uma comunidade carente sobre os exames de detecção precoce do câncer cérvico-uterino e de mama. **Revista Brasileira de Cancerologia**, Guarulhos, v. 48, n. 2, p. 223-230, set. 2002.
- (10) INCA. Câncer de Mama. Disponível em: <http://www.inca.gov.br/conteudo_view.asp?ID=336>. Acesso em: 24 jun. 2010.
- (11) MONTEIRO, A.P.S. et al. Auto-exame das mamas: freqüência do conhecimento, prática e fatores associados. **RBGO**, Belém, v. 25, n. 3, p. 201-205, 2003.
- (12) MINAYO, M. S. C. **O desafio do conhecimento, pesquisa qualitativa em saúde**. 10º Ed. São Paulo: HUCITEC, 2006.
- (13) DESLANDES, F. F. et al. **Pesquisa social: teoria, método e criatividade**. 25º ed. Petrópolis: Vozes, 2007.
- (14) FRAGA, F. A. et al. Rede de atenção a mulher com risco de câncer de mama: proposta para qualificação do fluxo de assistência no município de Nilópolis – RJ. Disponível em: <http://busms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/poster_nilopolis.pdf>. Acesso em: 20 mai. 2009.
- (15) FREITAS J.R. et al. Conhecimento e prática do auto-exame de mama. **Revista Associação Médica Brasileira**, Goiânia, v. 52, n. 5, p. 337-341, 2006.
- (16) ALMEIDA, A.M.; MAMEDE, M.V. et al. Construindo o significado da recorrência da doença: a experiência de mulheres com câncer de mama. **Revista Latino-am Enfermagem**, v. 9, n. 5, p. 63-69, 2001.