

Pesquisa e Ações em Saúde Pública

Edição XXVIII

Capítulo 29

PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DE MULHERES EM TRATAMENTO ONCOLÓGICO: RELATO DE EXPERIÊNCIA PSICOEDUCATIVA

ÁGATHA AILA AMÁBILI DE MENESES GOMES¹
ANA VICTÓRIA OLIVEIRA FERREIRA²
ARIANE DA SILVA ALVES³
ASHLLEY EDUARDA DE CARVALHO RIBEIRO³
AYSSA DE SOUSA CARVALHO³
DANIELA LOPES DOS SANTOS³
ELOANE SABRINA SOUSA DE OLIVEIRA³
LEONARDO RHAYLAN PINTO GARCIA³

MARIA LAYNARA SILVA MASCENO³
MATHEUS QUEIROZ DOS SANTOS³
MIRELA DAS FLORES MELO³
RODRIGO ENZO LUSTOZA MARQUES DA SILVA³
SARAH SILVA MELO³
VALÉRIA CASTRO DE OLIVEIRA³
YANA DA SILVA FREITAS⁴

¹Coordenadora do Curso de Psicologia do Centro Universitário Chrisfapi.

²Discente – Odontologia do Centro Universitário Chrisfapi.

³Discente – Psicologia do Centro Universitário Chrisfapi.

⁴Discente – Psicologia da Faculdade Viasapiens.

Palavras-chave: Saúde Mental; Psico-oncologia; Educação em Saúde.

DOI

10.59290/ 9071402161

P EDITORA
PASTEUR

INTRODUÇÃO

O câncer constitui uma condição de saúde que ultrapassa a dimensão biológica, pois envolve repercussões emocionais, sociais, familiares e existenciais. O diagnóstico oncológico, especialmente quando relacionado ao câncer de mama, pode provocar medo, insegurança, ansiedade e mudanças importantes na forma como a pessoa percebe seu corpo, sua identidade e seus projetos de vida. Nesse sentido, o cuidado em oncologia não deve se restringir ao tratamento clínico da doença, mas considerar também os impactos subjetivos produzidos pelo adoecimento e pelas intervenções terapêuticas, contemplando a qualidade de vida e a integração de aspectos clínicos, psicológicos, sociais e espirituais, conforme orientações do INCA (BRASIL, 2022; BRASIL, 2023).

No caso das mulheres, o tratamento oncológico pode repercutir de modo significativo na autoestima e na autoimagem. Procedimentos cirúrgicos, retirada da mama, perda de cabelo, alterações na pele, mudanças no peso, limitações físicas e afastamento de atividades habituais podem afetar a percepção de feminilidade, beleza, autonomia e pertencimento social. Estudos sobre câncer de mama apontam que o adoecimento pode produzir alterações importantes na imagem corporal, afetando não apenas a relação da mulher consigo mesma, mas também suas relações sociais, afetivas e familiares (ALMEIDA *et al.*, 2012; SILVA, 2008).

Além das alterações físicas, há também impactos emocionais associados ao modo como a doença é socialmente representada. O câncer, muitas vezes, ainda é atravessado por estigmas relacionados à fragilidade, sofrimento, mutilação e morte, o que pode intensificar sentimentos de medo, vergonha e isolamento. Silva (2008) destaca que os significados sociais atribuídos ao câncer podem agravar o sofrimento

psicológico, especialmente quando a doença interfere na autoimagem, nos papéis sociais e na percepção de feminilidade. Dessa forma, mulheres em tratamento oncológico podem vivenciar não apenas os efeitos do tratamento, mas também o desafio de reconstruir a própria identidade diante de uma experiência que modifica o corpo, a rotina e a forma de se posicionar no mundo (VENÂNCIO; LEAL, 2004).

Nesse contexto, ações de promoção da saúde mental e intervenções psicoeducativas apresentam grande relevância. A psicoeducação possibilita a construção de espaços de escuta, acolhimento, troca de experiências e fortalecimento de recursos emocionais. Quando associada a práticas de valorização pessoal, autocuidado e reconhecimento da própria história, pode contribuir para que as mulheres se percebam para além do diagnóstico. Intervenções voltadas à autoestima e à imagem corporal têm sido apontadas como estratégias importantes para o cuidado de mulheres com câncer de mama, sobretudo por favorecerem a ressignificação da relação com o corpo e com a própria trajetória (MORALES-SÁNCHEZ *et al.*, 2021; SEBRI; TRIBERTI; PRAVETTONI, 2021).

O cuidado psicológico em oncologia também se relaciona à compreensão integral da pessoa em tratamento. A atuação da Psicologia nesse campo busca favorecer a expressão de sentimentos, o enfrentamento do diagnóstico, a adaptação às mudanças e o fortalecimento da rede de apoio. Para Venâncio e Leal (2004), olhar para a mulher com câncer de mama em sua integralidade é fundamental, uma vez que o diagnóstico e o tratamento podem gerar mudanças na autoimagem, nos vínculos, nos papéis sociais e na percepção de futuro.

O objetivo deste estudo foi relatar a experiência do projeto Reflorescer, uma intervenção psicoeducativa realizada com mulheres em tra-

tamento oncológico no Centro de Saúde da Mulher, em Piripiri-PI. A ação buscou promover saúde mental, autoestima, autoconhecimento e valorização pessoal por meio de roda de conversa, dinâmica expressiva, práticas de cuidado estético, ensaio fotográfico e exposição das imagens produzidas, possibilitando reflexões sobre acolhimento, cuidado humanizado e atuação da Psicologia junto a mulheres em tratamento oncológico.

MÉTODO

Trata-se de um relato de experiência, de natureza descritiva e abordagem qualitativa, elaborado a partir das vivências de acadêmicos do curso de Psicologia durante o desenvolvimento do projeto Reflorescer. A intervenção foi realizada no mês de abril de 2026, no Centro de Saúde da Mulher, localizado no município de Piripiri, Piauí, instituição que desenvolve ações voltadas à saúde da mulher e acompanha, entre outros públicos, mulheres em tratamento oncológico.

O projeto surgiu a partir da identificação da necessidade de apoio emocional complementar para mulheres em tratamento oncológico, especialmente diante das dificuldades relacionadas à autoestima, autoimagem, autoconhecimento e valorização pessoal. A proposta foi organizada com o intuito de criar um espaço de escuta, cuidado e fortalecimento emocional, no qual as participantes pudessem compartilhar experiências, reconhecer suas potencialidades e vivenciar práticas de autocuidado para além do diagnóstico.

Participaram da experiência dez mulheres em tratamento oncológico. O convite foi realizado com apoio da coordenação de um grupo de mulheres vinculado ao Centro de Saúde da Mulher, que já mantinha contato com as participantes. A mobilização ocorreu de forma voluntária,

respeitando o interesse e a disponibilidade das mulheres. A instituição parceira ofereceu apoio integral ao projeto, disponibilizando espaço físico, acolhendo a equipe acadêmica e contribuindo para a organização dos encontros.

As atividades foram realizadas em sala reservada, com o objetivo de preservar a privacidade das participantes e favorecer um ambiente seguro para fala, escuta e compartilhamento de vivências. Antes do início das atividades, os acadêmicos organizaram o espaço, os materiais necessários e a condução dos momentos, buscando garantir acolhimento, respeito, sigilo e liberdade de participação. A intervenção foi estruturada em três encontros principais, realizados nos dias 14, 20 e 22 de abril de 2026.

O primeiro encontro ocorreu em 14 de abril de 2026 e consistiu em uma roda de conversa associada a uma dinâmica expressiva. Inicialmente, os acadêmicos acolheram as participantes, apresentaram a proposta do projeto e explicaram que a participação nas falas seria espontânea. A roda foi conduzida por meio de perguntas norteadoras relacionadas ao processo de descoberta do diagnóstico, às vivências durante o tratamento, às mudanças percebidas na autoestima e à importância das redes de apoio. Durante esse momento, foi construída a dinâmica do mural, na qual cada participante registrou uma palavra que representasse como havia sido, ou estava sendo, sua experiência com o tratamento oncológico.

O segundo encontro ocorreu em 20 de abril de 2026 e correspondeu ao *Spa Day*. Para essa ação, os acadêmicos organizaram estações de cuidado voltadas à maquiagem, design de sobrancelhas, finalização de cabelo e cuidados com pés e mãos. As atividades foram realizadas pelos próprios estudantes, considerando habilidades prévias do grupo relacionadas à área da beleza e do autocuidado. A participação em cada etapa respeitou o desejo, o conforto e os

limites de cada mulher, sem imposição de procedimentos ou padrões estéticos. Após os cuidados, foi realizado um ensaio fotográfico individual, com o objetivo de registrar cada participante de forma sensível e valorizadora.

O terceiro encontro ocorreu em 22 de abril de 2026 e consistiu na exposição das fotografias e no encerramento do projeto. As fotos produzidas no encontro anterior foram organizadas em formato de quadros e entregues às participantes. O momento contou com a presença das mulheres, da equipe acadêmica, da coordenação do serviço e de pessoas significativas convidadas pelas participantes, como familiares e membros de sua rede de apoio. A atividade foi planejada como um momento de fechamento simbólico da intervenção, incluindo apresentação das imagens, agradecimentos e *coffee break*.

Os registros da experiência foram organizados a partir das observações realizadas pelos acadêmicos durante os encontros, dos registros do planejamento, do número de participantes, da descrição das atividades desenvolvidas e dos feedbacks espontâneos compartilhados pelas mulheres ao longo e após a intervenção. Não foram aplicados questionários, entrevistas estruturadas ou instrumentos formais de avaliação. A análise foi realizada de forma descritiva e reflexiva, relacionando as vivências observadas às discussões sobre saúde mental, autoestima, imagem corporal, autocuidado, apoio social e psicoeducação no contexto oncológico.

Durante toda a experiência, foram preservados o sigilo, a privacidade e a participação voluntária das mulheres. As falas apresentadas no capítulo foram utilizadas de forma anônima, sem identificação das participantes. As imagens produzidas no ensaio fotográfico foram entregues às mulheres e não são reproduzidas neste trabalho, a fim de resguardar sua identidade e sua privacidade.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A realização do projeto Reflorescer evidenciou a importância de ações psicoeducativas voltadas à promoção da saúde mental de mulheres em tratamento oncológico. Ao longo dos encontros, observou-se que o adoecimento não era vivenciado apenas como uma condição clínica, mas como uma experiência que atravessava o corpo, a identidade, os vínculos, a autoestima e a forma como cada participante se percebia socialmente. As atividades possibilitaram espaço para expressão emocional, escuta, cuidado e valorização pessoal.

Roda de conversa, escuta e compartilhamento de vivências

A roda de conversa representou o primeiro momento de aproximação entre os acadêmicos e as participantes. Todas as mulheres presentes participaram ativamente, compartilhando experiências relacionadas ao diagnóstico, ao tratamento, às mudanças corporais, à percepção social da doença e ao papel da rede de apoio. O encontro foi marcado por forte descarga emocional, com relatos de medo, superação, sofrimento, fé, apoio familiar e reconstrução da própria identidade.

Durante as falas, muitas participantes relataram que o diagnóstico modificou profundamente a forma como passaram a enxergar a vida e a si mesmas. A retirada da mama, a perda do cabelo e as limitações impostas pelo tratamento apareceram como elementos que afetaram a percepção de feminilidade e o sentimento de ser mulher. Tais relatos dialogam com a literatura ao apontar que o câncer de mama pode produzir sofrimento psicológico e repercussões significativas na autoimagem, especialmente quando o tratamento envolve procedimentos que alteram partes do corpo socialmente associadas à feminilidade (SILVA, 2008; ALMEIDA *et al.*, 2012).

A dinâmica do mural possibilitou a expressão simbólica desse processo. Ao registrar uma palavra que representasse sua trajetória, cada participante pôde externalizar sentimentos que, muitas vezes, permanecem difíceis de serem verbalizados. Palavras relacionadas à dor, luta, superação, fé, apoio e reconstrução surgiram como formas de nomear a experiência do tratamento. Esse recurso favoreceu a identificação entre as participantes e reforçou a dimensão coletiva do cuidado, uma vez que muitas perceberam que suas dores, embora singulares, eram também compartilhadas.

Outro aspecto importante observado na roda de conversa foi a centralidade do apoio social. As participantes destacaram que familiares, amigos, profissionais de saúde e outras mulheres em tratamento foram fundamentais para que conseguissem atravessar as etapas mais difíceis da doença. Algumas relataram que não teriam conseguido iniciar ou permanecer no tratamento sem esse suporte. Essa percepção reforça a importância de redes de apoio no enfrentamento oncológico, uma vez que o adoecimento pode gerar medo, isolamento e sensação de perda de controle sobre a própria vida.

Spa Day, autoestima e cuidado com a autoimagem

O *Spa Day* foi um dos momentos de maior envolvimento afetivo da intervenção. A proposta partiu da compreensão de que o cuidado estético, nesse contexto, não se limita à aparência, mas pode funcionar como estratégia de valorização pessoal, reconstrução da autoestima e retomada do autocuidado. Muitas mulheres relataram que, durante o tratamento, haviam deixado de cuidar de si mesmas, seja pelas limitações físicas, pelo cansaço, pelos efeitos colaterais ou pela sensação de não se reconhecerem mais diante das mudanças corporais.

As atividades de maquiagem, cabelo, design de sobrancelhas e cuidados com pés e mãos

foram realizadas pelos próprios acadêmicos, que organizaram o espaço de modo acolhedor e respeitoso. A condução buscou evitar qualquer imposição de padrão estético, valorizando o desejo e o conforto de cada participante. O objetivo era que as mulheres se sentissem cuidadas, vistas e reconhecidas em sua beleza, sem que isso anulasse as marcas e desafios do tratamento.

A literatura aponta que intervenções voltadas à autoestima e à imagem corporal podem contribuir para o enfrentamento emocional de mulheres com câncer de mama, especialmente quando favorecem a percepção positiva de si e a reconstrução da relação com o corpo (MORALES-SÁNCHEZ *et al.*, 2021). De modo semelhante, revisões sobre intervenções psicológicas indicam que ações direcionadas à imagem corporal podem produzir efeitos positivos em mulheres com câncer de mama e sobreviventes da doença (SEBRI; TRIBERTI; PRAVETTONI, 2021).

Na experiência relatada, o cuidado estético funcionou como dispositivo de escuta e aproximação. Enquanto eram maquiadas, tinham os cabelos finalizados ou recebiam cuidados nos pés e mãos, as participantes conversavam, sorriam, se emocionavam e compartilhavam percepções sobre o próprio corpo. Em alguns momentos, o espelho tornou-se um elemento simbólico importante: olhar-se novamente com carinho parecia possibilitar o reconhecimento de uma imagem que o tratamento havia, de alguma forma, afastado.

Ensaio fotográfico e ressignificação da imagem

Após o *Spa Day*, cada participante realizou um ensaio fotográfico individual. As imagens foram produzidas com o objetivo de celebrar a identidade, a força e a beleza de cada mulher. A fotografia foi utilizada como recurso simbólico de valorização da autoimagem, permitindo que

as participantes se vissem para além do lugar de paciente ou da condição de adoecimento.

A exposição das fotografias, realizada no encerramento, foi o momento de maior impacto emocional do projeto. As participantes demonstraram surpresa e emoção ao se verem representadas nas imagens. Algumas choraram, outras sorriram intensamente e muitas relataram que não se viam daquela forma há muito tempo. Houve falas espontâneas indicando que os quadros seriam colocados em locais especiais de suas casas, como a sala ou o quarto, demonstrando o valor simbólico atribuído às imagens.

Os *feedbacks* espontâneos reforçaram esse impacto. Uma participante relatou que o projeto as fez sentir “valorizadas, lindas e fortes, mesmo em meio aos desafios” enfrentados. Outra afirmou que a equipe, além de ajudá-las psicologicamente, “levantou o astral” e as fez se sentirem “belíssimas”. Esses relatos indicam que a fotografia não funcionou apenas como registro visual, mas como possibilidade de ressignificação da própria imagem.

Outra participante destacou que “as belíssimas fotos” recebidas simbolizavam a sensibilidade e a dimensão humana da equipe. Tal percepção evidencia que o resultado visual das fotografias foi interpretado pelas mulheres como expressão de cuidado, reconhecimento e afeto. Nesse sentido, a exposição fotográfica pode ser compreendida como um dispositivo psicoeducativo e simbólico, capaz de favorecer o resgate da autoestima e a valorização da trajetória de enfrentamento do tratamento.

Acolhimento, cuidado humanizado e dimensão emocional da experiência

Os relatos das participantes apontaram que a intervenção produziu efeitos não apenas pela realização das atividades, mas principalmente pela forma como foram conduzidas. Em diferentes *feedbacks*, as mulheres destacaram a es-

cuta, a paciência, a dedicação, o carinho e o cuidado da equipe. Uma delas afirmou ter percebido “a total entrega e dedicação de cada um”, associando o projeto à sensibilidade humana, à escuta e ao trabalho com a autoestima.

Esses relatos demonstram que o vínculo construído durante a intervenção foi elemento central para o alcance dos objetivos propostos. A escuta qualificada possibilitou que as participantes compartilhassem suas histórias sem se sentirem julgadas ou reduzidas ao diagnóstico. O cuidado humanizado permitiu que se percebessem como mulheres inteiras, com histórias, desejos, dores, beleza e potência.

Uma das participantes afirmou que “ser paciente oncológica demanda profissionais com visão holística e integrada do paciente”. Essa fala sintetiza uma das principais contribuições do projeto: evidenciar que o cuidado em oncologia precisa ultrapassar o tratamento da doença e considerar a pessoa em sua integralidade. A atuação da Psicologia nesse campo torna-se fundamental justamente por favorecer a expressão emocional, o enfrentamento do diagnóstico, o fortalecimento da autoestima e a elaboração das mudanças subjetivas produzidas pelo adoecimento (VENÂNCIO; LEAL, 2004).

A experiência também foi formativa para os acadêmicos envolvidos. O contato com as participantes possibilitou compreender, na prática, a importância da sensibilidade, da ética, da escuta e do respeito às histórias de vida. O projeto exigiu cuidado na condução das falas, atenção às emoções mobilizadas e responsabilidade diante de um público atravessado por experiências de sofrimento, superação e reconstrução.

Limitações e potencialidades da intervenção

Entre as limitações da experiência, destaca-se o curto período disponível para planejamento

e divulgação. Embora a instituição tenha oferecido apoio integral e não tenha havido resistência das participantes, a captação de mulheres em tratamento oncológico foi um desafio. A divulgação em tempo mais amplo poderia ter possibilitado maior alcance e participação de outras mulheres que também vivenciam esse processo.

Outra limitação refere-se à ausência de instrumentos formais de avaliação. Os impactos observados foram registrados a partir das percepções dos acadêmicos, da participação nas atividades e dos *feedbacks* espontâneos das mulheres. Embora esses elementos indiquem repercussões positivas, futuras ações podem incorporar estratégias avaliativas simples, como questionários breves antes e depois da intervenção, sem perder o caráter acolhedor e sensível da proposta.

Apesar dessas limitações, o projeto apresentou grande potencial sociocomunitário. A parceria com o Centro de Saúde da Mulher permitiu alcançar um público que demanda atenção emocional complementar e, muitas vezes, carece de espaços voltados à escuta e ao fortalecimento da autoestima. A experiência demonstrou que ações simples, quando planejadas com sensibilidade e compromisso, podem produzir efeitos significativos na forma como as mulheres se percebem e se sentem cuidadas.

Futuras intervenções podem ampliar o número de encontros, incluir rodas temáticas sobre imagem corporal, sexualidade, rede de apoio, autocuidado e enfrentamento emocional, além de envolver familiares e cuidadores em momentos específicos. Também se mostra relevante fortalecer parcerias entre instituições de ensino, serviços de saúde e grupos de apoio, de modo a ampliar o alcance de práticas psicoeducativas voltadas à saúde mental de mulheres em tratamento oncológico.

CONCLUSÃO

A experiência relatada evidenciou que intervenções psicoeducativas voltadas a mulheres em tratamento oncológico podem contribuir para a promoção da saúde mental, fortalecimento da autoestima, ressignificação da autoimagem e ampliação do sentimento de acolhimento. O projeto Reflorescer demonstrou que a escuta, o cuidado estético, a expressão simbólica e a valorização da história de vida podem funcionar como importantes recursos de apoio emocional durante o enfrentamento do adoecimento.

Os resultados observados indicaram forte envolvimento das participantes nas atividades propostas, especialmente na roda de conversa, na dinâmica do mural, no *Spa Day* e na exposição fotográfica. Os *feedbacks* espontâneos revelaram que as mulheres se sentiram valorizadas, cuidadas, bonitas e fortalecidas, demonstrando que a intervenção alcançou dimensões subjetivas importantes. A exposição das fotografias, em particular, configurou-se como momento simbólico de reconhecimento e ressignificação, permitindo que as participantes se percebessem para além do diagnóstico.

A experiência também reforçou a importância da atuação da Psicologia em contextos oncológicos, sobretudo no que se refere à escuta qualificada, ao acolhimento, ao cuidado humanizado e à promoção de espaços coletivos de apoio. Para os acadêmicos envolvidos, o projeto representou uma oportunidade formativa significativa, permitindo compreender a complexidade emocional do tratamento oncológico e a potência de ações sensíveis, éticas e interseoriais.

Como perspectiva para futuras ações, recomenda-se a ampliação do tempo de planejamento, a criação de estratégias mais abrangentes

tes de mobilização das participantes e a inclusão de instrumentos avaliativos capazes de mensurar os impactos da intervenção. Conclui-se que práticas psicoeducativas como o Reflorescer podem contribuir para o cuidado integral

de mulheres em tratamento oncológico, fortalecendo vínculos, promovendo autoestima e reafirmando a importância de uma atenção em saúde que reconheça a pessoa para além da doença.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALMEIDA, T.R. *et al.* Repercussões do câncer de mama na imagem corporal da mulher: uma revisão sistemática. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, v. 22, n. 3, p. 1003-1029, 2012. doi: 10.1590/S0103-73312012000300009.

BRASIL. Ministério da Saúde. Instituto Nacional de Câncer. A avaliação do paciente em cuidados paliativos. Rio de Janeiro: INCA; 2022. Disponível em: <https://www.inca.gov.br/sites/ufu.sti.inca.local/files/media/document/completo_serie_cuidados_paliativos_volume_1.pdf>. Acesso em: 16 jun. 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. Instituto Nacional de Câncer. Câncer de mama: vamos falar sobre isso? Rio de Janeiro: INCA; 2023. Disponível em: <https://www.inca.gov.br/sites/ufu.sti.inca.local/files/media/document/cartilha_cancer_de_mama_2022_visualizacao.pdf>. Acesso em: 16 jun. 2026.

MORALES-SÁNCHEZ, L. *et al.* Enhancing self-esteem and body image of breast cancer women through interventions: a systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, v. 18, n. 4, p. 1640, 2021. doi: 10.3390/ijerph18041640.

SEBRI, V., TRIBERTI, S. & PRAVETTONI, G. The efficacy of psychological intervention on body image in breast cancer patients and survivors: a systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, v. 12, p. 611954, 2021. doi: 10.3389/fpsyg.2021.611954.

SILVA, L.C. Câncer de mama e sofrimento psicológico: aspectos relacionados ao feminino. *Psicologia em Estudo*, v. 13, n. 2, p. 231-237, 2008. doi: 10.1590/S1413-73722008000200005

VENÂNCIO, J.L.; LEAL, V.M.S. Importância da atuação do psicólogo no tratamento de mulheres com câncer de mama. *Revista Brasileira de Cancerologia*, v. 50, n. 1, p. 55-63, 2004. doi: 10.32635/2176-9745.RBC.2004v50n1.2059.