

**PROMOÇÃO DO AUTOCUIDADO E FORTALECIMENTO DA AUTOESTIMA EM  
PACIENTES MASTECTOMIZADAS: UMA ABORDAGEM  
MULTIPROFISSIONAL**

Camila Fernandes<sup>1</sup>, Elisandra Alves Kuse<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Centro Universitário Uniavan – SC, Brasil  
e-mail: elisandra.kuse@uniavan.edu.br

**INTRODUÇÃO**

No Brasil, desconsiderando os tumores de pele, o câncer de mama é o mais comum entre as mulheres. Para o período de 2023 a 2025, estimam-se 73.610 novos casos anuais. A incidência de câncer de mama é mais baixa entre as mulheres jovens, aumentando progressivamente com a idade, sendo a maioria dos casos diagnosticada em mulheres com mais de 50 anos (INCA, 2022).

O tratamento do câncer de mama é realizado de forma multidisciplinar e pode incluir procedimentos cirúrgicos, terapias como quimioterapia, hormonioterapia e imunoterapia, radioterapia e reabilitação. A maioria das mulheres diagnosticadas com esse câncer submete-se a uma intervenção cirúrgica conhecida como mastectomia. A mastectomia é um procedimento que possui como objetivo a retirada total ou parcial do tecido mamário comprometido, podendo ocorrer por finalidade terapêutica ou preventiva (Oliveira et al., 2019).

No entanto, as alterações físicas causadas pela mastectomia resultam em diversas consequências negativas na realidade da mulher. Essas mudanças podem afetar a percepção da própria feminilidade, gerar sentimentos de perda, insatisfação e abalo emocional, impactando diretamente seu estado psicológico. A mulher passa a enfrentar uma série de obstáculos que comprometem sua qualidade de vida, envolvendo desde questões físicas e emocionais até alterações em sua sexualidade (Oliveira et al., 2022).

A escolha deste tema mostra-se pertinente para investigação, sobretudo diante do crescente número de casos de câncer de mama no Brasil. Nesse sentido, investigar as estratégias utilizadas para promover o autocuidado e a autoestima dessas mulheres é

essencial para qualificar a prática assistencial em saúde. Além disso, essa investigação pode incentivar reflexões importantes sobre o papel da assistência humanizada, valorizando todas as esferas que envolvem o cuidado. Assim, o presente estudo tem como objetivo geral compreender as ações desenvolvidas na promoção da autoestima e do fortalecimento do autocuidado em pacientes submetidas a mastectomia. Trata-se de um estudo de natureza qualitativa, realizado por meio de revisão bibliográfica. Foram selecionados artigos em português, publicados entre os anos de 2020 e 2025, na base de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), utilizando dois descritores sendo eles "mastectomia", "autoestima", utilizando o bolleano "AND", com a seguinte conexão "mastectomia" AND "autoestima".

## DISCUSSÕES

As mamas representam um importante símbolo da feminilidade e da identidade da mulher, estando intimamente ligadas à sexualidade. Alterações provocadas pelo câncer de mama e pelos tratamentos, como a mastectomia, podem comprometer significativamente a vivência da sexualidade e gerar intensos impactos emocionais (Andreazzi et al., 2022). Além de afetar a saúde física, atinge profundamente a autoestima, a imagem corporal e a qualidade de vida da mulher, interferindo em sua percepção de si mesma (Silva et al., 2025).

Diante desse contexto, destaca-se que a promoção à saúde da mulher mastectomizada deve ser abrangente, considerando os impactos físicos, emocionais e psicossociais. A atuação integrada de profissionais especializados é fundamental para atender às múltiplas necessidades dessas pacientes, sendo um elemento-chave no enfrentamento das transformações emocionais provocadas pela mastectomia (Melo et al., 2023).

A promoção da realização de cirurgias reparadoras representa uma estratégia importante para fortalecer a autoestima de mulheres mastectomizadas. Segundo Brandão et al., (2021) a cirurgia é, em muitos casos, uma alternativa eficaz para amenizar os impactos emocionais decorrentes da mastectomia contribuindo para a elevação da autoestima ao substituir a ausência mamária por uma nova mama. Esse procedimento facilita a adaptação ao uso de roupas, contribui para uma imagem corporal mais positiva e ressignifica a experiência de mutilação, promovendo um renovado sentimento de feminilidade.

Conforme estabelecido pela Lei nº 9.797, é obrigatória, no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS), a realização da cirurgia plástica reparadora da mama em casos de mutilação resultante do tratamento oncológico. Estudos indicam que mulheres submetidas à mamoplastia reparadora apresentam melhora significativa na sexualidade, autoestima, e na autoimagem (Brandão et al., 2021).

Ademais, para a superação das limitações físicas originadas do tratamento do câncer, as mulheres devem ser incentivadas a adotar um estilo de vida saudável, com ênfase na prática de atividades físicas, orientadas pelo profissional fisioterapeuta. A atividade física supervisionada auxilia na reabilitação, melhora a mobilidade, a imagem corporal e ajuda na amplitude de movimento. O incentivo na participação em grupos de apoio que incorporam exercícios potencializa esses benefícios, promovendo melhorias na autoestima (Souza e Santos, 2022).

A assistência prestada à mulher nesse momento, por parte da equipe multiprofissional, vai além do cuidado com o estado físico, abrangendo também a saúde mental, aspecto essencial à reconstrução de uma percepção corporal mais positiva (Silva et al., 2025). A equipe de saúde deve estar preparada para oferecer escuta qualificada e aconselhamento, especialmente diante da perda da mama e de suas repercussões psicológicas. O apoio psicológico exerce um papel fundamental no enfrentamento do diagnóstico, na ressignificação da autoestima e da relação com o próprio corpo (Almeida et al., 2022).

A participação em atividades em grupo também se mostram estratégias eficazes para fortalecer a autoestima das mulheres mastectomizadas. A enfermagem, portanto, assume um papel relevante na criação de ações como rodas de conversa e grupos de apoio, proporcionando às pacientes espaços para se sentirem valorizadas, favorecendo a superação e a esperança (Andreazzi et al., 2022). O enfermeiro atua ainda na orientação da mulher, auxiliando na compreensão das mudanças decorrentes da mastectomia, que envolvem desde alterações na imagem corporal até possíveis limitações físicas. Para oferecer uma assistência que promova o bem-estar é necessário reconhecer suas fragilidades e potencialidades, adotando cuidados que contribuam para a elevação da autoestima (Paiva et al., 2020).

Além disso, o enfermeiro auxilia no enfrentamento dos desafios vivenciados pela mulher mastectomizada, ao incentivar sua reintegração social e fortalecer a autoestima com base na percepção que a paciente tem de sua própria imagem, visando à melhoria da qualidade de vida (Paiva et al., 2020).

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

As ações desenvolvidas para a promoção da autoestima e do autocuidado em pacientes submetidas à mastectomia são multifacetadas, envolvendo o apoio psicológico, a realização de cirurgias reparadoras, o incentivo à prática de atividades físicas e a participação em grupos de apoio.

A atuação da equipe multiprofissional, em especial da enfermagem, é essencial nesse processo, proporcionando escuta qualificada, orientações sobre as mudanças corporais e estimulando a reintegração social da paciente. O cuidado integral contribui para a ressignificação da imagem corporal e fortalece a autoestima das mulheres mastectomizadas, favorecendo o autocuidado e a qualidade de vida.

## **REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

ALMEIDA, I. O; et al. Impactos psicológicos da mastectomia: Uma análise na Associação de Apoio à Pessoa com Câncer. Revista baiana de Saúde Pública, v. 46, n. 2, 2022. Disponível em: <<https://surl.li/ayhted>>. Acesso em 05 de mai. 2025.

ANDREAZZI, A. L. P; et al. A atuação da enfermagem junto a mulheres mastectomizadas: aspectos sentimentais. Cuid Enferm. 16(1):128-134, 2022 jan-jun. Disponível em: <<https://surl.li/qavydk>> Acesso em 05 de mai. 2025.

BRANDÃO, B. L; et al. Importância da cirurgia plástica para mulheres mastectomizadas e o papel do Sistema Único de Saúde: revisão integrativa. Rev. Bras. Cir. Plást. 2021;36(4):457-465. Disponível em: <<https://surl.li/ktpaxh>>. Acesso em 05 de mai. 2025.

INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER (INCA). Estimativa. [S.I]: INCA, 2022. Disponível em: <<https://surli.cc/uzazij>>. Acesso 28 abr. 2025.

MELO, A. C. L. T. DE; et al. Diagnósticos de enfermagem baseados na repercussão do câncer mamário e mastectomia. *Enferm Foco*. 2023;14:e-202317. Disponível em: <<https://surl.li/hlzhnu>> . Acesso em 05 de mai. 2025.

OLIVEIRA, D. A. L; et al. Os impactos da mastectomia na vida da mulher com câncer de mama. *Rev. Enferm. Digit. Cuid. Promoção Saúde*, [S.I], 7:01-09, 2022. Disponível em: <<https://surl.lu/pepsjo>>. Acesso em 02 mai. 2025.

OLIVEIRA, T. R de; et al. Câncer de mama e imagem corporal: impacto dos tratamentos no olhar de mulheres mastectomizadas. *Saúde e Pesquisa*, [S. I.], v. 12, n. 3, p. 451–462, 2019. DOI: 10.17765/2176-9206.2019v12n3p451-462. Disponível em:< <https://surl.li/jfannc>>. Acesso em: 28 abr. 2025.

PAIVA, A. C. P. C; et al. Cuidado de enfermagem na perspectiva do mundo da vida da mulher-que-vivencia-linfedema-decorrente-do-tratamento-de-câncer-de-mama. *Escola Anna Nery*, [S. I.], 24(2), 2020. Disponível em: <<https://surl.lt/pdfajn>>. Acesso em 05 de mai. 2025.

SILVA, M. P. B; et al. Impactos psicológicos da mastectomia em idosas com câncer de mama. *Cien Saude Coletiva*, [S. I.], v.30, n.3, 2025. Disponível em:<<https://surl.li/zfkqxd>>. Acesso em 05 de mai. 2025.

SOUZA, C; SANTOS, M. A. Significados Atribuídos por Mulheres com Câncer de Mama ao Grupo de Apoio. *Psicologia: Ciência e Profissão*, [S. I.], v. 44, e259618, 1-20, 2024. Disponível em:<<https://surl.li/dqbjur>>. Acesso em 05 de mai. 2025.