

RESSIGNIFICANDO A VIDA: REDES DE APOIO DE MULHERES SOBREVIVENTES DE CÂNCER DE MAMA

Giovana Pico da Silva (PIBIC/CNPq/Uem), Maria Eduarda Pascoaloto da Silva
(Coorientador), Sonia Silva Marcon (Orientador). E-mail:
soniasilva.marcon@gmail.com.

Universidade Estadual de Maringá, Centro de Ciências da Saúde, Maringá, PR.

Enfermagem / Enfermagem de Saúde Pública.

Palavras-chave: Neoplasias da Mama; Sobreviventes de Câncer; Redes de apoio .

RESUMO

O objetivo do estudo foi compreender a atuação e o impacto da rede de apoio na vida de mulheres sobreviventes de câncer de mama. Estudo descritivo, exploratório, de abordagem qualitativa, realizado entre setembro de 2024 e agosto de 2025 com mulheres sobreviventes de câncer de mama. As participantes foram recrutadas nas redes sociais e emprego da técnica de amostragem não probabilística denominada bola de neve. Os dados foram coletados mediante entrevistas áudio-gravadas, realizadas presencialmente ou de forma remota utilizando roteiro semiestruturado constituído de duas partes, a primeira com questões para caracterização sociodemográfica e a segunda abordando a rede de apoio. Foram incluídas mulheres maiores de 18 anos, residentes no estado do Paraná e que haviam concluído o tratamento primário há pelo menos um ano. Não foram incluídas as mulheres indicadas que não responderam a pelo menos três tentativas de contato. O estudo foi aprovado pelo comitê de ética em pesquisa (Parecer nº 6.897.781). As 15 participantes tinham entre 35 e 74 anos e tempo médio de conclusão do tratamento primário de seis anos. Emergiram três categorias as quais mostram que a rede de apoio, incluindo família, amigos, grupos comunitários e atividades esportivas possibilitam a reconstrução da identidade, fortalecimento de vínculos sociais e novos sentidos para a vida. Considera-se que a família, os amigos e os grupos comunitários são essenciais para o enfrentamento do câncer de mama, enquanto a falta de apoio, inclusive profissional, gera vulnerabilidades e evidencia a necessidade de cuidados contínuos e integrados.

INTRODUÇÃO

O câncer de mama é a neoplasia maligna mais prevalente entre as mulheres, e representa um dos principais desafios para a saúde pública (INCA, 2024). O impacto da neoplasia de mama, mesmo após a cura, perdura em diversas esferas da vida das sobreviventes e, por isso, elas enfrentam necessidades significativas de suporte social, que quando presente, interfere positivamente no período pós-traumático, promovendo diferentes dimensões de apoio (Khajoei *et al.*, 2024). Assim, este

estudo objetivou compreender a atuação e o impacto da rede de apoio na vida de mulheres sobreviventes de câncer de mama.

MATERIAIS E MÉTODOS

Estudo descritivo, exploratório, de abordagem qualitativa, realizado entre os meses de setembro de 2024 a agosto de 2025, com mulheres sobreviventes de câncer de mama. A captação das participantes ocorreu inicialmente por meio das redes sociais (Facebook e Instagram) e, posteriormente, pela técnica de amostragem não probabilística denominada bola de neve (snowball). Os dados foram coletados mediante entrevistas semiestruturadas áudio-gravadas, realizadas de forma presencial ou remota (Google Meet ou WhatsApp), utilizando um roteiro constituído de duas partes, a primeira com questões para caracterização sociodemográfica e a segunda, com questões referentes à atuação da rede social de apoio após o tratamento. Foram incluídas mulheres com 18 anos ou mais, residentes no estado do Paraná e que haviam concluído o tratamento primário do câncer de mama há pelo menos um ano. Não foram incluídas aquelas que não responderam há pelo menos três tentativas de contato.

As entrevistas após transcrição na íntegra, foram submetidas à análise de conteúdo, modalidade temática, seguindo as três etapas propostas por Bardin (2020): pré-análise, exploração do material e tratamento dos resultados e interpretação. O estudo foi aprovado pelo COPEP/UEM (parecer nº 6.897.781) e seguiu as diretrizes da Resolução 466/12. Para garantir o anonimato, as participantes foram identificadas com nomes de flores na apresentação dos resultados.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram do estudo 15 mulheres sobreviventes de câncer de mama, com idades entre 35 e 74 anos e tempo médio de conclusão do tratamento primário de seis anos, sendo oito casadas, duas solteiras, duas em união estável e três divorciadas. As participantes relataram experiências de reconstrução da identidade, fortalecimento de vínculos sociais e busca de novos sentidos para a vida. Nesse contexto, a rede de apoio, incluindo família, amigos, grupos comunitários e prática de atividades esportivas, mostrou-se central. A análise dos relatos permitiu a identificação de três categorias que refletem diferentes dimensões do suporte recebido e das lacunas percebidas:

As redes que sustentam

O apoio familiar e de amigos surgiu na fala das mulheres como pilar central, oferecendo cuidado emocional, incentivo e acompanhamento nas atividades cotidianas para as mulheres:

“Meu marido continua sendo meu grande apoio, me ajuda, incentiva e oferece muito suporte. Sinto que nunca me faltou nada, recebi mais do que poderia imaginar (Rosa, 55 anos, 1 ano de remissão)”

“Tenho amigos do coração, participo de voluntariado, ajudo, aprendo e compartilho. Isso me mantém ocupada, sem depressão (Violeta, 67 anos, 4 anos de remissão)”

Juntas no mesmo barco

Entre as redes de apoio, o grupo de canoagem surge como uma experiência singular de fortalecimento físico, emocional e social. O espaço funciona como um refúgio coletivo, onde as sobreviventes encontram acolhimento, companheirismo e uma nova forma de ressignificar a vida:

“A gente se encontra toda semana, se apoia, conversa e acolhe as novatas. Vai muito além do esporte” (Dália, 35 anos, 16 anos de remissão).

“Faço canoagem para sobreviver. O apoio e as palavras de incentivo, me dão força para seguir” (Jasmim, 53 anos, 1 ano de remissão).

“Aqui eu tenho outra rede de apoio. Resgatamos o que passamos, estamos juntas no mesmo barco” (Gardênia, 35 anos, 3 anos de remissão).

Ausências que marcam o cuidado

As narrativas das mulheres evidenciam que o enfrentamento do câncer de mama não ocorre isoladamente, mas é profundamente influenciado pela qualidade das redes de apoio disponíveis. Quando essas redes se fragilizam ou desaparecem, o pós-câncer torna-se solitário e desafiador:

“Mesmo minha filha estando aqui, eu não me sinto amada. Não tenho com quem me abrir” (Tulipa, 65 anos, 1 ano de remissão).

“Então, agora eu tô solteira. Mas eu tô casada no papel na igreja, né? Só que eu, por enquanto, eu tô sozinha, porque o marido mora com outra, né? Sou casada, mas não tenho marido” (Camélia, 39 anos, 5 anos de remissão).

“Não há acompanhamento estruturado após. Precisamos de apoio multidisciplinar e locais que nos permitam compartilhar sem reviver gatilhos do tratamento” (Gardênia, 35 anos, 3 anos de remissão).

“Os médicos acompanham o básico, mas não há tempo para orientações detalhadas” (Lírio, 44 anos, 1 ano de remissão).

As redes de apoio em suas diversas formas são importantes para a reconstrução da identidade, manutenção da autoestima e enfrentamento do câncer de mama, enquanto a ausência ou fragilidade dessas redes aumenta as vulnerabilidades e compromete o bem-estar das sobreviventes (Khajoei *et al.*, 2024).

Nesse sentido, mulheres com redes de apoio consistentes têm maior acesso a suporte informacional e tangível, o que facilita o manejo de sintomas e reduz o impacto físico e emocional da doença. Por outro lado, aquelas com baixo suporte social tendem a apresentar pior qualidade de vida, menor funcionalidade e mais

sintomas de sobrecarga nos cinco anos após o câncer, incluindo fadiga ou dor persistente entre cinco e dez anos após o diagnóstico (Cho *et al.*, 2024).

CONCLUSÕES

A família, os amigos e os grupos comunitários são essenciais para a reconstrução da identidade, e quando ausentes ou frágeis, geram vulnerabilidades e comprometem o bem-estar das sobreviventes. O apoio profissional, embora reconhecido como importante, também apresenta lacunas no pós-tratamento, evidenciando a necessidade de estratégias de cuidado contínuo e multidimensional.

AGRADECIMENTOS

Agradeço ao CNPq e à UEM pelo incentivo à pesquisa científica via PIBIC. De forma especial, agradeço à minha coorientadora pelo acompanhamento atento e colaborações valiosas, e à minha orientadora pelas oportunidades concedidas, assim como às participantes, cuja colaboração tornou este trabalho possível.

REFERÊNCIAS

INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER. Controle do câncer de mama no Brasil: dados e números 2024. Rio de Janeiro: **INCA**, 2024. Disponível em: <https://www.inca.gov.br/publicacoes/livros/controle-do-cancer-de-mama-no-brasil-dados-e-numeros-2024>. Acesso em: 2 fev. 2025.

KHAJOEI, R. *et al.* Breast cancer survivorship needs: a qualitative study. **BMC Cancer**, v. 24, n. 96, 2024. Disponível em: <https://bmccancer.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12885-024-11834-5>. Acesso em: 22 mar. 2025.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. Tradução de Luís Antero Reto e Augusto Pinheiro. São Paulo: Edições 70, 2020.

CHO, H. *et al.* Social support during re-entry period and long-term quality of life in breast cancer survivors: a 10-year longitudinal cohort study. **Quality of Life Research**, v. 33, n. 5, p. 1287–1295, 2024. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38321193/>. Acesso em: 22 mar. 2025.