

## BOLETIM Nº 2

Outubro 2020

### OUTPUT 1 - RESULTADOS DOS FOCUS GROUP COM CUIDADORAS E PROFISSIONAIS

Foi recentemente concluída a primeira fase operacional do projeto, que tem por objetivo a produção de um relatório que visa definir o cenário para o desenvolvimento de um programa educativo e de uma App de prevenção do cancro da mama em cuidadoras informais. O relatório elaborado fornece o ponto de vista de stakeholders relevantes (ex. especialistas, associações de utilizadores finais e cuidadoras utilizadoras finais), as suas perspetivas sobre as oportunidades educacionais e de treino, bem como sobre as barreiras na promoção da prevenção do cancro da mama.

O objetivo dos focus group com cuidadoras foi de facilitar os participantes a discutirem os seus conhecimentos sobre o cancro da mama e as guidelines de rastreio e as práticas recomendadas; barreiras individuais, estruturais e culturais ao rastreio; atitudes na mamografia de rastreio, experiências de cancro da mama (pessoais ou de outra pessoa significativa), risco autoavaliado para o cancro de mama, estado atual de hábitos de uso de telemóveis, incluindo mensagens de texto e imagem, necessidades de apps de aprendizagem baseados em dispositivos móveis, prontidão para dispositivos móveis com aplicações de aprendizagem e ideias sobre o conteúdo, tipo e frequência de mensagens mais eficazes e intervenções para promover o rastreio.

O objetivo dos focus group com profissionais era reunir as opiniões da comunidade de profissionais de saúde e descrever os seus pontos de vista sobre as prioridades educacionais sobre o cancro da mama e a prevenção do cancro da mama, incluindo triagem (por exemplo, lacunas no conhecimento, preocupações e prioridades).

No período de janeiro a maio de 2020, 8 focus group (FGs) foram organizados pelos membros da parceria Prolepsis para obter uma visão sobre o conhecimento das cuidadoras informais sobre o Cancro da Mama (CM) e suas perceções sobre as oportunidades educacionais e de treino e barreiras para aderir a comportamentos preventivos.

Cinco focus group de cuidadoras informais e 3 de profissionais de saúde foram organizados em Itália, Portugal e Chipre. Mais especificamente, participaram na pesquisa 26 cuidadoras informais (maiores de 57 anos) e 18 profissionais de saúde (maiores de 35 anos).

Cada parceiro foi responsável por organizar os focus group no próprio país; entretanto, todos seguiram o protocolo de pesquisa elaborado pela equipa da CUT. Todos os parceiros analisaram os dados que emergiram das discussões enquanto a análise final e a síntese dos dados foram realizadas pela equipa da CUT. Os resultados dos FGs foram analisados manualmente, adotando-se a técnica de análise de framework (Krueger & Casey, 20014; Rabiee, 2004), uma abordagem baseada em casos e temas que reduz os da-



dos por meio de sumarização e síntese usando uma matriz. Este método ajudou a ordenar os dados, permitindo aos investigadores analisá-los tanto por caso (ou seja, a perspectiva da cuidadora) quanto por tema.

### RELATÓRIO IO1 - PRINCIPAIS CONCLUSÕES

As participantes relataram ter conhecimento das práticas de prevenção do CM, incluindo o autoexame das mamas (BSE - Breast Self-Examination) e o exame clínico. Elas reconheceram a importância dos exames de rastreio, como a mamografia, mas nem todas seguem os programas de prevenção.

As participantes mencionam estar familiarizadas com aplicações móveis e têm interesse em aplicações orientadas para a prevenção de doenças.

O que deve ser incluído num programa educacional sobre cancro da mama para motivar cuidadoras informais a adotarem comportamentos de prevenção do cancro de mama? Aqui estão as sugestões das cuidadoras e dos profissionais de saúde:

- Incluir temas para convencer as cuidadoras informais de que a prevenção salva vidas e para motivá-las a fazer seus testes de triagem e BSE regularmente.
- A importância para sua saúde mental e física, para seu bem-

star, de se dedicarem a si mesmas, adotando um estilo de vida saudável e consistente.

- Mudar o estilo de vida (exercício físico, dieta saudável, perder peso) pode ser um fator que pode prevenir o cancro.
- Informações sobre a prevenção primária do cancro de mama e informações sobre a doença do cancro de mama e seu tratamento, a fim de melhor controlar o medo da doença oncológica
- Sugestão e exemplificação de atividades, a um nível não avançado, mas a um nível acessível.
- Demonstração de como a prática de atividade física também é importante para a saúde mental, pois contribui para regular os níveis de stress e a ter um momento para si.
- Fatores motivacionais para adesão a comportamentos preventivos contra o cancro de mama: taxas de sobrevivência positiva, compartilhar depoimentos de quem teve cancro numa fase inicial e conseguiu recuperar-se de forma eficaz ou simplesmente mulheres que, por fazerem o rastreio regularmente; podem ficar calmas porque sabem que são saudáveis.
- Uso de tecnologia para promover comportamentos preventivos.

## PROLEPSIS PRÓXIMA ETAPA RESULTADO INTELECTUAL 2

Este output intelectual incluirá o desenvolvimento dos conteúdos de treino que serão integrados na APP (IO3), como sugestões de atividades a serem realizadas em sala de aula (ex. abordagem presencial); power points e outro material de apoio para formadores, tutoriais em vídeo sobre as etapas da BSE, mamografias e procedimentos de exame clínico da mama (CBE).

## 2ª REUNIÃO TELECONFERENÇA ZOOM

Devido às limitações impostas pela COVID-19, a 2ª reunião de parceria foi realizada em Zoom, nos dias 1 e 2 de julho de 2020. Durante os dois dias da reunião, as próximas tarefas e os próximos passos foram acordados entre os participantes, de acordo com o plano de trabalho do projeto. Os principais focos da discussão foram os planos para o Output Intelectual 2, juntamente com uma discussão dos resultados da fase de pesquisa e como eles podem ser incorporados no programa de treino e na APP. A próxima reunião de parceiros transnacionais será organizada em março de 2021 em Carpi (Itália).

## O RELATÓRIO IO 1 EM INGLÊS PODE SER BAIXADO DO SITE DA PROLEPSIS



### Aviso Legal

O apoio da Comissão Europeia à produção desta publicação não constitui um endosso do conteúdo que reflete apenas as opiniões dos autores, e a Comissão não pode ser responsabilizada por qualquer uso que possa ser feito das informações aqui contidas