



Outubro 2020

CANCRO DA MAMA: UM RELATÓRIO SOBRE COMO MELHORAR OS COMPORTAMENTOS PREVENTIVOS DE CUIDADOS DE SAÚDE ENTRE A POPULAÇÃO DE CUIDADORAS INFORMAIS

Pesquisa Pan-Europeia: "RESULTADOS DOS FOCUS GROUPS Relatório Completo": Barreiras e Oportunidades para práticas de promoção da saúde, como rastreio do cancro da mama

Cuidar de uma pessoa com uma doença crónica pode ser um fator que contribui para a baixa adesão ao rastreio. As mulheres que assumem o papel de cuidadoras informais enfrentam desafios adicionais no que respeita às práticas de promoção da saúde, como o rastreio do cancro da mama. Explicitamente, estudos sobre os comportamentos de saúde das cuidadoras enfatizam a presença de comportamentos prejudiciais à saúde, como negligência das consultas médicas ou dieta de baixa qualidade. Embora o resultado do tratamento do cancro da mama dependa, em grande parte, do momento da sua deteção e os sistemas nacionais de saúde, em toda a Europa, sigam as recomendações da UE para a garantia de exames de mamografia para detetar o cancro da mama em estadios iniciais, a adesão das mulheres aos programas de rastreio é relativamente baixa. O rastreio médio na UE ficou abaixo do nível padrão aceitável que é 70% (Perry et al. 2016).

O consórcio Prolepsis, apoiado na firme convicção de que a Educação, bem como uma metodologia personalizada podem ser uma experiência positiva que ajuda as cuidadoras a mudar o seu estilo de vida e as suas práticas, finalizou a produção do primeiro relatório do projeto RESULTADOS DOS FOCUS GROUPS destinado a definir o contexto para o desenvolvimento de um programa educativo e ferramentas para as mulheres cuidadoras.

Cada parceiro realizou focus groups com cuidadoras informais e profissionais selecionados, tais como: educadores, enfermeiros especialistas, médicos oncologistas, outros profissionais envolvidos na promoção da saúde e representantes de todas as associações e sociedades profissionais relevantes (por exemplo, ONGs ativas na questão do cancro da mama).

Necessidades, atitudes, conhecimentos, crenças e perceções das cuidadoras informais sobre as práticas de rastreio do cancro da mama irão guiar a segunda fase do projeto: este relatório representa a primeira tentativa de criar uma base de dados antes de prosseguir com o design e orientação das ferramentas que capacitarão o público-alvo.

As cuidadoras envolvidas foram recrutadas no Chipre (9), Itália (5) e Portugal (12). Todos os participantes demonstram reconhecer o valor dos exames de rastreio, como a mamografia, mas nem todos cumprem os programas de prevenção e, muitas vezes, o sentido de responsabilidade, estritamente ligado à função e à falta de tempo, são questões indiscutíveis.

"Quanto mais precoce for o diagnóstico, melhor. Acho que as pessoas hoje também estão mais conscientes disso e, de facto, a OMS vem alertando. Não há ninguém que não tenha medo desta doença ou que não tenha ouvido falar dela" (P4 POR)

"Sinceramente, não faço o autoexame com frequência, sinto-me segura porque faço a mamografia e exames de ultrassom. Isso mantém-me segura" (P10 CY)

"Costumo fazer os exames de diagnóstico adequados porque tenho medo da doença. A minha preocupação é que tenho de estar constantemente a observar isso." (P 3 CY)

"Não tenho tempo para tomar banho e... vou fazer o autoexame das mamas!" (P 2 CY)

'Eu sou cuidadora e não posso ficar doente, mesmo que seja um raciocínio estúpido, eu prefiro não saber das potenciais doenças' (P1 IT)

Graças a estas conclusões e à análise de dados, o projeto Prolepsis tenciona promover o nível de consciência sobre os desafios enfrentados pelas cuidadoras e profissionais que trabalham, nesta área. Assim, as ferramentas para melhorar o futuro das cuidadoras, tais como aplicações móveis personalizadas, favorecerão a gestão do autocuidado e a mudança de comportamento para a prevenção de doenças. Finalmente, disponibilizar oportunidades para participar em programas de reforço de alfabetização e formação em saúde”.

O projeto disponibiliza o seu próprio site <https://prolepsis.eu/> e o relatório completo RESULTADOS DOS FOCUS GROUPS estarão disponíveis aqui <https://prolepsis.eu/documents/>

NOTAS PARA O EDITOR

A Prolepsis é co-financiada pela Comissão Europeia ao abrigo do Acordo de Subvenção: n ° 2019 - 1 - CY01-KA204-058266

Os folhetos do projeto estão disponíveis em Inglês, Italiano, Grego e Português (<https://prolepsis.eu/the-project/>)

Siga-nos para receber novidades e atualizações no Facebook e Twitter #PROLEPSIS_PROJECT



SOBRE O PROJETO

O projeto visa desenvolver uma intervenção em saúde baseada numa aplicação de telemóvel (app), como forma de contribuir para o comportamento preventivo dos cuidados de saúde entre a população de cuidadoras informais, através de mensagens individuais personalizadas, cobrindo áreas de conteúdo amplas, ao passo que pretende superar as restrições de local e de horário. Os objetivos específicos do projeto são: 1) desenvolver uma metodologia e conteúdos relevantes, expandindo o conhecimento das cuidadoras informais sobre o impacto do seu comportamento de prevenção no desenvolvimento de CM; 2) educar e capacitar para o assumir do controlo sob a doença através da adoção e manutenção de mudanças no estilo de vida e práticas saudáveis. Isto inclui alterações nos hábitos, 'automonitorização', autoavaliação e reforço de comportamentos positivos, bem como incentivo ao uso de serviços preventivos de CM; 3) desenvolver uma aplicação móvel personalizada (isto é, com características pessoais, necessidades e preferências), que apoie as cuidadoras informais para melhor gerir o autocuidado e a mudança de comportamentos na prevenção da doença.

Aviso Legal

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