



AUTOESTIMA EM TEMPOS DIFÍCEIS: O IMPACTO DO TRATAMENTO DO CÂNCER DE MAMA NAS MULHERES

SELF-ESTEEM IN DIFFICULT TIMES: THE IMPACT OF BREAST CANCER TREATMENT ON WOMEN

Helen Fernanda Fernandes POSPIECHA

Instituto Educacional Santa Catarina - Faculdade Guarai (IESC/FAG)

E-mail: helenffpospiecha@gmail.com

ORCID: <http://orcid.org/0009-0008-1692-2583>

Jaqueline Gomes ANDRADE

Instituto Educacional Santa Catarina - Faculdade Guarai (IESC/FAG)

E-mail: jaquelinegomesandrade744@gmail.com

ORCID: <http://orcid.org/0009-0002-6090-6106>

Giullia Bianca Ferraciolli COUTO

Instituto Educacional Santa Catarina - Faculdade Guarai (IESC/FAG)

Email: giullia.couto@iescfag.edu.br

ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-9768-778X>

Liberta Lamarta Favoritto Garcia NERES

Instituto Educacional Santa Catarina - Faculdade Guarai (IESC/FAG)

E-mail: liberta.neres@iescfag.edu.br

ORCID: <http://orcid.org/0000-0003-1327-605X>

RESUMO

O câncer de mama é o tipo mais comum de neoplasia entre mulheres em todo o mundo e a principal causa de mortalidade por câncer no Brasil. Este estudo revisa a importância do autocuidado no tratamento e prognóstico de mulheres diagnosticadas com câncer de mama. A revisão integrativa da literatura incluiu 19 artigos científicos publicados entre 2012 e 2024, destacando a influência do diagnóstico sobre a autoestima e imagem corporal das pacientes, além dos impactos psicológicos e emocionais decorrentes de mudanças físicas, como a perda de cabelo e a mastectomia. Estratégias de autocuidado e intervenções terapêuticas são essenciais para ajudar as mulheres a enfrentarem as consequências físicas e emocionais do tratamento. A prática de atividades físicas, o uso de próteses e perucas, e o suporte emocional são fundamentais para a recuperação da autoestima. O estudo também enfatiza a importância de um estilo de vida saudável e da detecção precoce para melhorar o

prognóstico e a qualidade de vida das pacientes.

Palavras-chave: Câncer. Autocuidado. Imagem. Corporal. Mastectomia.

ABSTRACT

Breast cancer is the most common type of cancer among women worldwide and the main cause of cancer mortality in Brazil. This study reviews the importance of self-care in the treatment and prognosis of women diagnosed with breast cancer. The integrative literature review included 19 scientific articles published between 2012 and 2024, highlighting the influence of the diagnosis on patients' self-esteem and body image, in addition to the psychological and emotional impacts resulting from physical changes, such as hair loss and mastectomy. Self-care strategies and therapeutic interventions are essential to help women face the physical and emotional consequences of treatment. The practice of physical activities, the use of prosthetics and wigs, and emotional support are fundamental to the recovery of self-esteem. The study also emphasizes the importance of a healthy lifestyle and early detection to improve patients' prognosis and quality of life.

Keywords: Cancer, Self-care. Image. Body. Mastectomy.

INTRODUÇÃO

O câncer de mama é o tipo de câncer que mais afeta as mulheres em todo o mundo, tanto nos países em desenvolvimento quanto nos desenvolvidos. Aproximadamente 2,3 milhões de casos novos foram estimados para o ano de 2020 em todo o mundo, o que representa cerca de 24,5% de todos os tipos de neoplasias diagnosticadas nas mulheres. As taxas de incidência variam entre as diferentes regiões do planeta, com as maiores taxas nos países desenvolvidos (Brasil, 2023).

Em 2022, a taxa de mortalidade feminina por câncer de mama ocupa o primeiro lugar no país, representando aproximadamente 16,3% da taxa de mortalidade total. Esse padrão é semelhante para as regiões brasileiras, com exceção da região Norte, onde os óbitos por câncer de mama ocupam o segundo lugar, com cerca de 13,6%. As

taxas de mortalidade por câncer de mama são mais altas no Sudeste (17,2%) e Centro-Oeste (16,8%), seguidas pelo Nordeste (15,6%) e Sul (15,5%) (INCA, 2022).

No Brasil o câncer de mama é a principal causa de morte por câncer em mulheres, os órgãos de saúde recomendam medidas preventivas às mulheres ao longo do ano visando o autocuidado por meio do toque nas mamas, da incorporação de hábitos de vida saudáveis e da realização de mamografias, sendo mais intensificadas no outubro Rosa, mês dedicado à prevenção, diagnóstico e tratamento do câncer de mama (Brasil, 2023).

Estudos apontam que a primeira preocupação da mulher após receber o diagnóstico é relacionado a sua sobrevivência. Surgem então outros problemas, sendo os mais proeminentes: possibilidade de metástase, mutilação e desfiguração do corpo, possíveis consequências para a vida sexual, mudanças nos hábitos e atividades diárias e possíveis limitações que irão acompanhar após o tratamento (Furtado, et al., 2016).

Após o tratamento do câncer de mama, muitas mulheres enfrentam um impacto significativo na autoestima, frequentemente exacerbado por mudanças corporais associadas à doença e ao tratamento. Essas mudanças podem incluir a remoção de seios e a perda de cabelo, resultando em sentimentos de inadequação e uma percepção distorcida de seu corpo. Pesquisas sugerem que a implementação de intervenções que abordem a autoimagem e promovam o autocuidado é crucial para a recuperação emocional, ajudando essas mulheres a reconstruírem sua autoestima e a redescobrirem sua identidade feminina (Katz et al., 2018).

A descoberta de um câncer de mama pode afetar profundamente a autoestima das mulheres, impactando não apenas a imagem corporal, mas também aspectos emocionais e psicológicos. Segundo Silva (2020), muitas mulheres enfrentam sentimentos de vulnerabilidade e perda de identidade feminina devido às mudanças físicas impostas pelo tratamento, como a mastectomia e a queda de cabelo. Essas alterações, associadas à percepção social do corpo feminino, podem gerar um senso de inadequação, levando a um declínio significativo na autoestima e na autoconfiança da mulher, exigindo um suporte emocional contínuo (Silva, 2020).

Preocupações essas que acerbam o tema evidenciado neste artigo, mas, que certamente comprovam que o autocuidado tem um papel insubstituível tanto no tratamento físico quanto no emocional. Diante disso o objetivo deste trabalho é

descrever a importância do autocuidado no tratamento e no prognóstico da mulher com diagnóstico de câncer de mama.

MÉTODO

O presente artigo é uma revisão integrativa da literatura, de caráter qualitativa. A pesquisa foi elaborada com base no material já escrito, constituído em artigos científicos e revistas nacionais e internacionais sendo escolhidos 20 artigos já publicados entre os anos de 2012 a 2024 que se encaixam no tema escolhido para este estudo, foram usados para as pesquisas as bases de dados a Biblioteca Eletrônica Científica Online (SciELO) e o Google Acadêmico (Google Scholar).

Tabela 1: Distribuição dos artigos localizados, excluídos e selecionados na base eletrônica de dados.

BASE DE DADOS	LOCALIZADOS	EXCLUIDOS	AMOSTRA FINAL
GOV.BR	2	0	2
Instituto Nacional de Câncer (INCA)	3	1	2
Revista Científica (oncológica)	4	1	3
Publicações Internacionais	14	5	9
Scielo Brasil	2	0	2
American Câncer Society	1	0	1
TOTAL	26	7	20

Fonte: Autoria própria, 2024.

Foi utilizado como critério de inclusão os artigos que se encaixam no período escolhido além de acrescentar informações relevantes sobre o tema escolhido e expõem questionamentos sobre (autoestima e câncer). Utilizado como critério de exclusão os artigos que não se adequa ao tema disposto, bem como os dados não correspondentes ao período proposto, essas escolhas foram decididas através a leitura dos títulos e os resumos de cada artigo, explorando algumas das categorias e fundamentos da pesquisa.

Tabela 2 – Lista de artigos selecionados para a construção deste artigo.

Autor/Entidade	Título	Ano de Publicação
Brasil, Ministério da Saúde	Outubro Rosa 2023.	2023
INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER	Relatório anual 2022: Dados e Números sobre Câncer de Mama.	2022
Furtado, H. M. S., et al.	Impactos psicológicos e emocionais em mulheres diagnosticadas com câncer de mama.	2016
SILVA, Maria	A autoestima e o impacto emocional nas mulheres com câncer de mama.	2020
Amara, B. U., et al.	Estimativas de casos novos de câncer de mama no Brasil.	2012
Luque-Ribelles, V., et al.	Enhancing Self-Esteem and Body Image of Breast Cancer Women through Interventions: A Systematic Review.	2021
DILAWARI, A.; DHALL, M.; MEHRA, S.	Impact of chemotherapy-induced alopecia on quality of life and psychological wellbeing in breast cancer patients.	2021
CANCER RESEARCH IRELAND	Body image and self-esteem after breast cancer treatment.	2024
ARAXE, F. et al.	Body image and self-esteem after mastectomy: The impact of breast cancer on women's identity.	2020
MY CANCER CHIC	Restoring your body image after breast cancer.	2024
SCIELO	Avaliação da autoestima de mulheres submetidas à cirurgia oncológica mamária.	2024
FARAH, J. C. S.	Atividade física ajuda na recuperação de mulheres com câncer de mama.	2017
American Cancer Society	Recommendations for early breast cancer detection in women without breast symptoms.	2020
Harbeck, N., & Gnant, M.	Breast cancer. The Lancet.	2017
INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER	Cuidados com a imagem corporal após o tratamento de câncer de mama.	2020
SOCIEDADE BRASILEIRA DE MASTOLOGIA	Autoestima e câncer de mama: como recuperar a confiança após o tratamento.	2021
CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION (CDC)	What can I do to reduce my risk of breast cancer?	2023
BREAST CANCER	Healthy lifestyle and breast	2023

RESEARCH AND TREATMENT	cancer risk: The role of genetic predisposition and family history.	
INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER	Diretrizes para detecção precoce do câncer de mama no Brasil.	2015

Fonte: Autoria própria, 2024.

Neste contexto, é seguro se dizer que uma revisão integrativa da bibliográfica se trata de uma tomada de contas sobre o que já foi publicado por outros acerca de um assunto ou tópico específico, assim abordados pelos autores Taylor e Procter (2001) entre tudo aquilo que já foi publicado se enquadram livros, artigos, teses, dissertações, e outros tipos de estudos.

A presente observação da narrativa, qualitativa engloba as perspectivas de ética, possibilitando e tendo a convenção de garantir a real execução dos artigos no que serão dispostos como base de dados, utilizando citações e referências de seus devidos autores seguindo as normas necessárias (Junqueira et al, 2013).

RESULTADO E DISCUSSÕES

Em 2012, o Instituto Nacional do Câncer (INCA) estimou cerca de 52.680 casos novos de câncer da mama (CM) no Brasil, com um risco estimado de 52 casos a cada 100 mil mulheres. Na região Sudeste, esse é o tipo de maior número (69/100 mil), seguido das regiões Sul]] (65/100 mil), Centro-Oeste (48/100 mil) e Nordeste (32/100 mil) (INCA, 2012).

A autoestima é frequentemente definida como a percepção que uma pessoa tem de seu próprio valor, afetando sua confiança e bem-estar. No contexto do câncer de mama, estudos mostram que a autoestima e a imagem corporal das mulheres podem ser severamente afetadas por mudanças físicas, como a perda de cabelo e as cirurgias, o que impacta profundamente o ajuste psicológico das pacientes (Luque-Ribelles et al., 2021).

As mulheres que passam pelo tratamento de câncer de mama frequentemente enfrentam dificuldades significativas relacionadas à sua imagem corporal, resultantes de mudanças físicas como a perda de cabelo e mastectomia. Essas alterações impactam negativamente a autoestima e a confiança, sendo necessárias intervenções para melhorar a percepção que têm de si mesmas (Luque-Ribelles et al., 2021).

Outro estudo relata que a perda de cabelo devido à quimioterapia é uma das experiências mais difíceis, levando muitas mulheres a relatarem um sentimento de perda de identidade e feminilidade, o que pode intensificar a angústia emocional durante o tratamento (Dilawari et al., 2021).

A retirada da mama, ou mastectomia, pode causar uma sensação de perda de feminilidade e de uma parte importante do corpo, o que afeta gravemente a autoestima e a identidade das pacientes (Irish Cancer Society, 2022).

De acordo com (Araoye et al., 2020), muitas mulheres relatam sentir-se incompletas ou menos femininas após a mastectomia, o que pode gerar dificuldades em aceitar o próprio corpo e retomar a confiança. A perda do seio além de ser uma mudança física significativa, representa também a perda de um símbolo cultural associado a feminilidade, gerando insegurança a autoimagem feminina dificultando a aceitação do novo corpo. (Araoye et al., 2020).

Dados da pesquisa de Araxe et al. (2020), muitas mulheres relatam dificuldades em aceitar o próprio corpo após a mastectomia, enfrentando sentimentos de incompletude e perda da feminilidade, já que o seio é um símbolo cultural fortemente associado à identidade feminina. Essa mudança física significativa impacta diretamente a autoimagem, gerando inseguranças. Entretanto, estratégias de autocuidado, como a prática de exercícios físicos e a busca por reconexão com a identidade pessoal, podem desempenhar um papel fundamental na recuperação da autoestima.

Segundo a Irish Cancer Society (2022), essas práticas, aliadas a métodos de expressão pessoal como a moda e a beleza, ajudam a restaurar a confiança e a imagem corporal. Além disso, o apoio emocional encontrado em grupos de apoio ou redes sociais, como observado por Rossi et al. (2020), contribui para uma percepção mais positiva de si mesma, proporcionando um caminho para a reconstrução da autoestima após o doloroso processo físico e emocional causado pelo câncer de mama, havendo uma esperança de ter a autoimagem restaurada após o processo tão doloroso fisicamente e mentalmente.

Adentrando os aspectos que compõe à autoestima, a hormonioterapia pode ter um impacto significativo. Embora o foco principal seja o controle da doença, muitas pacientes relatam que essa forma de tratamento auxilia na preservação da sua feminilidade, uma vez que ajuda a estabilizar alterações hormonais. Como

consequência, o tratamento também pode minimizar os sentimentos de perda associados à retirada dos ovários ou à menopausa precoce, promovendo uma sensação de controle sobre o corpo, melhorando a autoestima (Barros et al. 2013).

Durante o tratamento de câncer de mama atividades físicas como Remo ajudam a melhorar a autoestima das mulheres, de acordo com Farah (2017), além de prevenir o inchaço nos braços e reduzir a reincidência da doença esses exercícios proporcionam uma sensação de controle bem-estar durante o processo de recuperação fortalecendo a autoconfiança das pacientes (Farah, 2017).

Após o tratamento do câncer de mama, muitas mulheres buscam maneiras de recuperar a autoestima por meio de diversas formas de embelezamento. O uso de próteses mamárias externas, especialmente após a mastectomia, ajuda a restaurar a simetria corporal, proporcionando conforto físico e emocional. Perucas também são uma alternativa amplamente utilizada, permitindo às mulheres enfrentarem a queda de cabelo causada pela quimioterapia de maneira mais confiante, além de explorar diferentes estilos capilares. Outras opções incluem lenços, turbantes e técnicas de maquiagem corretiva para disfarçar cicatrizes e marcas do tratamento, promovendo uma sensação de beleza e bem-estar durante o processo de recuperação (INCA, 2020; Sociedade Brasileira de Mastologia, 2021).

De acordo com o (CDC,2023) exercitar-se regularmente e manter um peso saudável pode ajudar a reduzir o risco de câncer de mama. Muitos fatores ao longo da vida podem influenciar o risco do câncer, você não pode mudar alguns fatores como envelhecimento ou histórico familiar, mas pode ajudar a diminuir o risco de câncer de mama cuidando da sua saúde das seguintes maneiras mantendo o peso saudável ser fisicamente ativo e optar por não consumir álcool consumir com moderação.

Um estudo recente da (Miller, 2023) indica que um estilo de vida saudável pode não ser suficiente para prevenir o câncer de mama em mulheres com fatores de riscos genético ou histórico familiar. Apesar da prática com como exercícios físicos e alimentação equilibrada reduza o risco, elas não eliminam completamente a probabilidade de desenvolver a doença em pessoas geneticamente predispostas. o estudo sugere que, nesse caso, outros fatores não modificáveis podem ser determinantes. (Miller, 2023).

Alguns autores discutem o impacto do estilo de vida no risco do câncer de mama, mas oferecem perspectivas diferentes. (CDC, 2023) destaca que manter o peso saudável, ser fisicamente ativo e evitar o consumo excessivo de álcool pode reduzir o risco de câncer de mama, enfatizando a importância das escolhas saudáveis na prevenção. Por outro lado, o estudo publicado no (Miller,2023) ressalta que, apesar dos hábitos saudáveis, fatores como de predisposição genética e o uso de terapias hormonais podem continuar a influenciar significativamente o risco limitando o efeito preventivo do estilo de vida saudável.

A detecção precoce é fundamental para melhorar o prognóstico do câncer de mama. No Brasil, o Ministério da Saúde implementa ferramentas como o Programa Nacional de Controle do Câncer de Mama, que tem por objetivo promover o diagnóstico precoce através do exame de mamografia em mulheres de 50 a 69 anos. No entanto, a implementação eficaz do programa também enfrenta desafios, como o acesso limitado aos serviços de saúde e as desigualdades regionais (Instituto Nacional de Câncer, 2015).

A investigação mostra que os tratamentos iniciados nas fases iniciais da doença têm melhor resultados no controle do cancro e na sobrevivência a longo prazo (Harbeck & Gnantment). Tratamento bem-sucedido e melhores perspectivas de sobrevivência (Smith et al, 2020).

Ao ser identificada nas fases iniciais, a doença costuma apresentar uma natureza mais localizada e apresenta menores probabilidades de se espalhar para outras partes do corpo. Isso facilita a eficácia do tratamento, que pode incluir alternativas como cirurgia conservadora, radioterapia, terapia hormonal ou quimioterapia. À medida que o câncer avança, as opções de tratamento se tornam mais restritas e os riscos de complicações aumentam. Pesquisas indicam que iniciar o tratamento nas etapas iniciais da doença resulta em melhores desfechos em relação ao controle do câncer e à sobrevivência a longo prazo (Harbeck & Gnant, 2017).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O câncer de mama é uma doença que afeta profundamente a vida de inúmeras mulheres, trazendo consigo desafios não apenas físicos, mas também emocionais e psicológicos. Diante disso, o autocuidado se revela uma ferramenta essencial para a

recuperação e reabilitação dessas mulheres, impactando diretamente sua autoestima, qualidade de vida e bem-estar geral.

A busca por estratégias de autocuidado, como a prática regular de atividades físicas, uma alimentação balanceada, a aceitação e o cuidado com a imagem corporal, bem como o suporte psicológico adequado, permitem que essas mulheres retomem o controle sobre seus corpos e suas vidas. As práticas de embelezamento, como o uso de próteses externas, perucas, lenços e maquiagem corretiva, ajudam a restaurar a autoconfiança, permitindo que enfrentem os efeitos colaterais do tratamento com maior resiliência.

É fundamental que essas ações de autocuidado sejam incentivadas e incorporadas ao processo de recuperação, tanto no âmbito médico quanto social, para que as mulheres se sintam apoiadas e capacitadas a superar os desafios impostos pela doença. Através do autocuidado, elas podem fortalecer não apenas o corpo, mas também o espírito, criando um caminho mais suave e empoderado para a recuperação, reconstruindo a confiança em sua identidade e enfrentando a vida com mais otimismo e esperança.

Assim, o autocuidado não é apenas uma medida de enfrentamento, mas uma forma de ressignificar a experiência com o câncer de mama, possibilitando que essas mulheres encontrem novas formas de se cuidar, amar e viver plenamente após o tratamento. Esse tipo de abordagem valoriza a recuperação integral da mulher, com ênfase tanto no aspecto físico quanto no emocional e psicológico.

REFERENCIAS

ARAXE, F. et al. Body image and self-esteem after mastectomy: The impact of breast cancer on women's identity. **Journal of Cancer Education**, v. 35, n. 4, p. 634-642, 2020. Disponível em: <<https://link.springer.com/article/10.1007/s13187-019-01520-2>>. Acesso em: 26 set. 2024.

BRASIL. DADOS E NÚMEROS SOBRE CÂNCER DE MAMA Relatório anual 2022. **Instituto Nacional de Câncer**, [S. l.], p. 1-32, 1 set. 2022. Disponível em: https://www.inca.gov.br/sites/ufu.sti.inca.local/files/media/document/dados_e_numeros_site_cancer_mama_setembro2022.pdf. Acesso em: 3 out. 2024.

BRASIL. ESTIMATIVA | 2012 Incidência de Câncer no Brasil. **INCA**, [S. l.], p. 1-117, 1 jan. 2012. Disponível em: <https://portal.saude.sp.gov.br/resources/ses/perfil/gestor/homepage/estimativas->

AUTOESTIMA EM TEMPOS DIFÍCEIS: O IMPACTO DO TRATAMENTO DO CÂNCER DE MAMA NAS MULHERES. Helen Fernanda Fernandes POSPIECHA; Jaqueline Gomes ANDRADE; Giullia Bianca Ferraciolli COUTO; Liberta Lamarta Favoritto Garcia NERES. **JNT Facit Business and Technology Journal**. QUALIS B1. ISSN: 2526-4281 - FLUXO CONTÍNUO. 2024 - MÊS DE SETEMBRO - Ed. 54. VOL. 01. Págs. 301-312. <http://revistas.faculdadefacit.edu.br>. E-mail: jnt@faculdadefacit.edu.br.

de-incidencia-de-cancer-2012/estimativas_incidencia_cancer_2012.pdf. Acesso em: 3 out. 2024.

BRASIL. INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER. **Cuidados com a imagem corporal após o tratamento de câncer de mama.** 2020. Disponível em: <https://www.inca.gov.br/cuidados-imagem-corporal-pos-cancer>. Acesso em: 26 set. 2024.

BRASIL. INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER. **Diretrizes para detecção precoce do câncer de mama no Brasil.** 2015. Disponível em: <https://www.inca.gov.br/publicacoes/diretrizes/diretrizes-para-deteccao-precoce-do-cancer-de-mama-no-brasil>. Acesso em: 26 set. 2024.

BRASIL. **Outubro Rosa.** 2023. Gov.br, [S. l.], p. 1-1, 10 out. 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/inca/pt-br/assuntos/campanhas/2023/outubro-rosa>. Acesso em: 10 abr. 2024.

CANCER RESEARCH IRELAND. **Body image and self-esteem after breast cancer treatment.** Disponível em: <https://www.cancer.ie/cancer-information-and-support/cancer-types/breast-cancer/after-treatment/body-image-and-self-esteem>. Acesso em: 26 set. 2024.

CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION (CDC). **What can I do to reduce my risk of breast cancer?** 2023. Disponível em: https://www.cdc.gov/cancer/breast/basic_info/prevention.htm. Acesso em: 26 set. 2024.

DILAWARI, A.; DHALL, M.; MEHRA, S. Impact of chemotherapy-induced alopecia on quality of life and psychological wellbeing in breast cancer patients: A cross-sectional study. **Journal of Cancer Research and Therapeutics**, v. 17, n. 5, p. 1195-1200, 2021. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8328794/>. Acesso em: 26 set. 2024.

FARAH, J. C. S. Atividade física ajuda na recuperação de mulheres com câncer de mama. **Jornal da USP**, 2017. Disponível em: <https://jornal.usp.br>

FURTADO, H. M. S., et al. "Impactos psicológicos e emocionais em mulheres diagnosticadas com câncer de mama." **Revista Brasileira de Oncologia**, vol. 12, no. 3, pp. 45-56. 2016.

HARBECK, N., & Gnant, M. (2017). NEOADJUVANT therapy for triple negative and HER2-positive early breast cancer. **THE BREAST**, [S. l.], p. 1-1, 3 jun. 2017. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0960977617305106>. Acesso em: 3 out. 2024.

KATZ, S. J., et al. "The impact of breast cancer on women's quality of life: A systematic review." **The Journal of the American Medical Association**, v. 319, n. 12, p. 1263-1272, 2018. Disponível em:

AUTOESTIMA EM TEMPOS DIFÍCEIS: O IMPACTO DO TRATAMENTO DO CÂNCER DE MAMA NAS MULHERES. Helen Fernanda Fernandes POSPIECHA; Jaqueline Gomes ANDRADE; Giullia Bianca Ferraciolli COUTO; Liberta Lamarta Favoritto Garcia NERES. JNT Facit Business and Technology Journal. QUALIS B1. ISSN: 2526-4281 - FLUXO CONTÍNUO. 2024 - MÊS DE SETEMBRO - Ed. 54. VOL. 01. Págs. 301-312. <http://revistas.faculdefacit.edu.br>. E-mail: jnt@faculdefacit.edu.br.

<https://jamanetwork.com/journals/jama/fullarticle/2675510>. Acesso em: 3 nov.2024.

LUQUE-RIBELLES, V., et al. (2021). "Enhancing Self-Esteem and Body Image of Breast Cancer Women through Interventions: A Systematic Review." **International Journal of Environmental Research and Public Health**, 18(4), 1640. Disponível em: <https://www.mdpi.com/1660-4601/18/4/1640> Acesso em: 3 out. 2024.

MILLER. BREAST CANCER RESEARCH AND TREATMENT. Healthy lifestyle and breast cancer risk: The role of genetic predisposition and family history. **Breast Cancer Research and Treatment**, v. 192, n. 2, p. 241-250, 2023. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10549-023-06520-4>. Acesso em: 26 set. 2024.

MY CANCER CHIC. Restoring your body image after breast cancer. Disponível em: <https://www.mycancerchic.com/restoring-your-body-image-after-breast-cancer/>. SCIELO. **Avaliação da autoestima de mulheres submetidas à cirurgia oncológica mamária**. 2024. Disponível em: <https://www.scielo.br> Acesso em: 26 set. 2024.

SILVA, Maria. "A autoestima e o impacto emocional nas mulheres com câncer de mama." **Revista de Psicologia e Saúde**, vol. 8, no. 2, 2020.

SMITH, et al. AMERICAN Cancer Society Guidelines for the Early Detection of Cancer. **American Cancer Society**, [S. l.], p. 1-60, 1 jan. 2020. Disponível em: <https://acsjournals.onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.3322/canjclin.52.1.8>. Acesso em: 3 out. 2024.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE MASTOLOGIA. **Autoestima e câncer de mama: como recuperar a confiança após o tratamento**. 2021. Disponível em: <https://www.sbmastologia.com.br/autoestima-pos-cancer-de-mama/>. Acesso em: 26 set. 2024.