

# OUTUBRO ROSA: Cuidar da saúde mental é parte essencial do tratamento de mulheres com câncer de mama



*Durante o Outubro Rosa, especialista destaca o papel do suporte emocional como aliado essencial no cuidado com a mulher.*

O câncer de mama é o tipo de câncer mais incidente em mulheres no Brasil, excluindo os tumores de pele não melanoma. Estima-se que, para o triênio 2023-2025, sejam registrados 73.610 novos casos anualmente. O Outubro Rosa, mês dedicado à conscientização e combate ao câncer de mama, reforça a importância do diagnóstico precoce e do tratamento adequado. Nesse contexto, o cuidado com a saúde mental se consolida como um pilar fundamental para as pessoas que enfrentam essa jornada.

O diagnóstico e o tratamento do câncer de mama desencadeiam uma série de desafios emocionais. Medo da morte, ansiedade, depressão, alterações na autoimagem e na sexualidade são sentimentos comuns que afetam significativamente a qualidade de vida das pacientes. Estudos indicam que mulheres com câncer de mama têm maior propensão a desenvolver quadros de depressão e ansiedade.

A psicóloga Josiele Sena explica que o diagnóstico de câncer de mama afeta não só o corpo físico, como também abala profundamente o universo emocional. "É um momento de grande vulnerabilidade, onde a incerteza do futuro e as mudanças corporais podem gerar um sofrimento psíquico intenso. O suporte psicológico não é um luxo, mas uma necessidade fundamental para que a paciente consiga atravessar o tratamento com mais resiliência e qualidade de vida", afirma.

## **A importância do suporte psicológico e o amparo legal**

A assistência psicológica é reconhecida como parte integrante do tratamento oncológico. A Lei nº 14.238/2021, que institui o Estatuto da Pessoa com Câncer, visa assegurar e promover, em condições de igualdade, o acesso ao tratamento, incluindo o suporte psicossocial. O Conselho Federal de Psicologia também estabelece referências técnicas para a atuação de psicólogos em serviços de saúde, incluindo o atendimento a pacientes oncológicos, ressaltando a importância da psico-oncologia desde o diagnóstico até a reabilitação.

"A Terapia Cognitivo-Comportamental oferece ferramentas eficazes para ajudar as pacientes a identificar e modificar padrões de pensamento disfuncionais que contribuem para a ansiedade e a depressão. Trabalhamos na reestruturação cognitiva, no desenvolvimento de estratégias de enfrentamento e na promoção da aceitação das mudanças, capacitando a mulher a lidar melhor com

os desafios do tratamento e a reconstruir sua autoimagem e autoestima", explica Josiele Sena.

Foto: Divulgação

<https://www.jornalpanfletus.com.br/cp3.masterix.inf.br/noticia/7272/outubro-rosa-cuidar-da-saude-mental-e-parte-essencial-do-tratamento-de-mulheres-com-cancer-de-mama-em-29/06/2026-04:58>