**PRÁTICA DO AUTOCUIDADO EM MULHERES PORTADORAS DE DOENÇAS CRÔNICAS: O QUE A ENFERMAGEM PODE FAZER MAIS**

LOPES, Ranielly Ferreira1

ALBUQUERQUE, Maria Luiza Ferreira2

LIMA, Fátima Samanta Gonçalves3

MOREIRA, Lívia Ellen Leal4

ROCHA, Janaina Sacramento5

**RESUMO:**

**Introdução:** Dorothea Orem expõe o autocuidado como a prática de atividades que o indivíduo inicia e realiza em prol de si próprio para a manutenção da vida, saúde e bem-estar. As Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) são de longo curso e latência, sendo as principais a Hipertensão Arterial, Diabetes Mellitus, Neoplasias, Doenças Cerebrovasculares e Doenças Pulmonares Obstrutivas Crônicas, e estão intimamente associadas ao desenvolvimento de limitações, alterações orgânicas e mudanças no estilo de vida. De acordo com a Pesquisa Nacional de Amostra de Domicílio, no ano de 2003, já existia alta prevalência de DCNT na população feminina, por conta das mulheres utilizarem mais os serviços de saúde, além de serem mais atentas aos cuidados com saúde do que os homens. Portanto, é de extrema necessidade o desenvolvimento de cuidados específicos que envolvam ações de promoção à saúde a essa população. Logo, há necessidade de reflexões de como a enfermagem auxilia a prática do autocuidado em mulheres portadoras de DCNT. Contudo, há lacunas quanto à presença de estudos com essas competências, o que expõe como necessário o presente trabalho. **Objetivo:** Refletir sobre o que a literatura diz sobre a enfermagem na prática do autocuidado em mulheres portadoras de DCNT. **Metodologia:** Trata-se de uma reflexão teórica que a literatura traz sobre os modos de atuação da enfermagem no aumento da prática do autocuidado em mulheres portadoras de DCNT proporcionado a acadêmicos de enfermagem. **Resultados:** A participação e a atribuição dos profissionais de enfermagem na promoção do cuidado deve permear o estabelecimento da confiança e escuta ativa da paciente, possibilitando o relato de suas emoções e a promoção de auto aceitação do processo patológico vivenciado. Como facilitador deste processo, as mulheres possuem um potencial para autocuidado melhorado, já que procuram os serviços de saúde em maior número do que a população masculina. As evidências mostram que as DCNT provocam aumento no grau de limitações às atividades diárias dos indivíduos, impactos econômicos, sociais, psicológicos e físicos que afetam tanto os indivíduos quanto os seus familiares. Tudo isso, acarreta mudanças no estilo de vida da cliente. Cabe ao enfermeiro, neste momento confuso, promover conhecimento do processo de doença atrelado ao modo de viver com ela, ou seja, não deixando que a DCNT se torne um estigma, mas apenas parte da vida da cliente. Ainda, cabe à enfermagem a conscientização integral da cliente de forma biopsicossocial como atuante no processo de cuidar de si. **Considerações Finais:** O enfrentamento à DCNT já é desafiador por si só, sendo o cuidado um instrumento da enfermagem transversal, as expertises científicas dos profissionais permitem perceber e entender os sinais emitidos pelas mulheres, compreender que elas se encontram vulneráveis, reforçar seu autocuidado e, assim, atingir êxitos que perduram para toda a vida.

**Palavras-Chave:** Saúde da mulher; Autocuidado; Doença Crônica; Cuidados de Enfermagem; Promoção da Saúde.

**E-mail do autor principal:** raniellyferreira@discente.ufg.br

**REFERÊNCIAS:**

DA SILVA, Marcelo Henrique; DE JESUS, Maria Cristina Pinto. MERIGHI, Miriam Aparecida Barbosa; DE OLIVEIRA, Deíse Moura. A Experiência de Autocuidado de Mulheres que Convivem com Úlcera Venosa Crônica. **Estima**, São Paulo, 2016. DOI: [10.5327/Z1806-3144201600020003](https://doi.org/10.5327/Z1806-3144201600020003).

DAS NEVES JÚNIOR, Tarcísio Tércio *et al*. Perfil clínico e sociodemográfico de usuários com doenças crônicas na atenção primária à saúde. **Enfermería Global**, v.22, n.1, p.245-282, 2023.

SANTOS, Zélia Maria de Souza Araújo; DA SILVA, Raimunda Magalhães. Prática do autocuidado vivenciada pela mulher hipertensa: um análise no âmbito da educação em saúde. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 59, p. 206–211, mar. 2006.

THUM, Moara Ailane; CEOLIN, Teila; BORGES, Anelise Miritz; HECK, Rita Maria. Saberes relacionados ao autocuidado entre mulheres da área rural do Sul do Brasil. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, Rio Grande do Sul, set. 2011. DOI: [10.1590/S1983-14472011000300020](https://doi.org/10.1590/S1983-14472011000300020).