

BIO EXATA

OUTUBRO
Rosa
BIOEXATA

Câncer de mama:
vamos falar sobre isso?



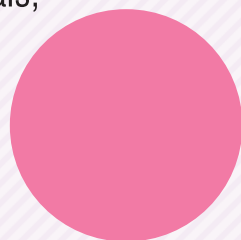
Apresentação

Apesar de ser um tema delicado e difícil de tratar, falar abertamente sobre o câncer pode ajudar a esclarecer mitos e verdades, aumentar o conhecimento e diminuir os medos associados à doença.

Se descoberto logo no início, 95% dos casos de câncer podem ser curados. Mas por medo ou desinformação, muitas pessoas evitam o assunto e acabam atrasando o diagnóstico. É preciso desfazer crenças sobre o câncer para que a doença deixe de ser vista como uma sentença de morte ou um mal inevitável e incurável.

Alguns tipos de câncer, entre eles o de mama, pode não apresentar sinais e sintomas em estágios iniciais, mas é possível ser identificado em exame de mamografia antes mesmo de causar qualquer sintoma.

A informação pode ajudar a salvar vidas, por isso, elaboramos esta cartilha para orientar mulheres e homens a respeito da prevenção e da detecção precoce do câncer de mama e próstata.



O que é **câncer de mama**?

O câncer de mama é uma doença resultante da multiplicação de células anormais da mama, que forma o tumor com potencial de invadir outros órgãos. Há vários tipos de câncer de mama, alguns se desenvolvem rapidamente e outros não. A maioria dos casos tem boa resposta ao tratamento, principalmente quando diagnosticado e tratado no início.

O câncer de mama é **comum** no Brasil?

Esse câncer é o tipo mais comum, depois do melanoma, e também o que causa mais mortes por câncer em mulheres.

Em 2023

73.610
casos novos
estimados

Em 2021

18.139
mortes

Só as mulheres têm câncer de mama?

Não. Homens também podem ter câncer de mama, mas é raro (apenas 1% dos casos).

O que **causa** o câncer de mama?

Não há uma causa única. Diversos fatores estão relacionados ao câncer de mama. O risco de desenvolver a doença aumenta com a idade, sendo maior a partir dos 50 anos.

Fatores de risco



Comportamentais/ambientais

- Obesidade e sobrepeso após a menopausa.
- Sedentarismo (não fazer exercícios).
- Consumo de bebida alcoólica.
- Exposição frequente a radiações ionizantes (raios X e tomografia).



História reprodutiva/hormonais

- Primeira menstruação (menarca) antes dos 12 anos.
- Não ter tido filhos.
- Primeira gravidez após os 30 anos.
- Não ter amamentado.
- Parar de menstruar (menopausa) após os 55 anos.



Hereditários/genéticos

- História familiar de:
 - » Câncer de ovário.
 - » Câncer de mama em homens.
 - » Câncer de mama em mulheres, principalmente antes dos 50 anos.

A mulher que possui alterações genéticas herdadas na família, especialmente nos genes BRCA1 e BRCA2, tem risco elevado de câncer de mama.

Apenas 5 a 10 % dos casos da doença estão relacionados a esses fatores.



A presença de um ou mais desses fatores de risco não significa que a mulher terá necessariamente a doença.

É possível **reduzir o risco** de câncer de mama?

Sim. Manter o peso corporal adequado, praticar atividade física e evitar o consumo de bebidas alcoólicas ajudam a reduzir o risco de câncer de mama. A amamentação também é considerada um fator protetor.



Quais são os **sinais e sintomas** do câncer de mama?

- Caroço (nódulo) endurecido, fixo e geralmente indolor. É a principal manifestação da doença, estando presente em mais de 90% dos casos.
- Alterações no bico do peito (mamilo).
- Pequenos nódulos na região embaixo dos braços (axilas) ou no pescoço.
- Saída espontânea de líquido de um dos mamilos.
- Pele da mama avermelhada, retraída ou parecida com casca de laranja.



Qualquer caroço na mama em mulheres com mais de 50 anos deve ser investigado!

Como as mulheres podem **perceber** os sinais e sintomas da doença?

Todas as mulheres, independente da idade, podem conhecer seu corpo para saber o que é e o que não é normal em suas mamas. A maior parte dos cânceres de mama é descoberta pelas próprias mulheres.

Olhe, palpe e sinta suas mamas no dia a dia para reconhecer suas variações naturais e identificar as alterações suspeitas.

AUTOEXAME



Na frente do espelho



Na cama



No banho

SINTOMAS



- 1 Alterações na forma da mama ou mamilo
- 2 Liberação de líquido do mamilo sem apertar
- 3 Inchaço e nódulos na área da axila
- 4 Nódulo ou caroço no seio, que não diminui
- 5 Assimetria entre as duas mamas
- 6 Enrugamento da pele, tipo casca de laranja
- 7 Dor constante na mama, no mamilo ou axila
- 8 Vermelhidão no mamilo/mama e coceira frequente

Biblioteca Virtual em Saúde Prevenção e Controle de Câncer

<http://controlecancer.bvs.br/>

gov.br/inca/mama



BIO EXATA

BIO EXATA
farmácia de manipulação

RBDIAGNÓSTICOS
LABORATÓRIO DE ANÁLISES CLÍNICAS

BIO EXATA
SUPLEMENTOS



IOAM
Instituto de Oncologia
da Amazônia

