

E qual é a orientação para as mulheres com história familiar de câncer de mama?

Mulheres que tenham mãe, irmã, filha com história de câncer de mama antes dos 50 anos ou de câncer de ovário devem conversar com o médico para avaliar seu risco e decidir a conduta a seguir.

É possível reduzir o risco de desenvolver 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 ter a doença.

Amamentar também é um fator de proteção.

E o que mais as mulheres podem fazer?

Estar atentas às mamas, no dia a dia, para que possam reconhecer suas variações naturais e identificar as alterações suspeitas.

Olhe, sinta e perceba o que é normal em suas mamas. Em caso de alterações persistentes, procure um Posto de Saúde.

Programação 25, 26 e 27 de outubro

7h30 às 9h – Glicemia em jejum

Aferição de pressão arterial

Coleta de preventivo

9h30 às 11h – Consulta ginecológica

Testes rápidos para HIV, sífilis, e hepatites B e C

Sessão de beleza e cuidados com a pele

13h às 16h – Aferição de pressão arterial

Coleta de preventivo

Sessão de beleza e cuidados com a pele

**CÂNCER DE MAMA:
é preciso falar disso.**



2016

Coordenação de Gestão de Serviços de Saúde –
CGSS

ELABORADO PELA EQUIPE DE ENFERMAGEM DO CAIS/

FONTE: Ministério da Saúde

INCA



Outubro Rosa

Como surgiu:

Na década de 1990, nasce o movimento conhecido como Outubro Rosa, para estimular a participação da população no controle do câncer de mama. A data é celebrada anualmente, com o objetivo de compartilhar informações sobre o câncer de mama, promover a conscientização sobre a doença, proporcionar maior acesso aos serviços de diagnóstico e de tratamento e contribuir para a redução da mortalidade.

Em 2016, a campanha do INCA no Outubro Rosa tem como tema:

"Câncer de mama: vamos falar sobre isso?"

O objetivo é fortalecer as recomendações do Ministério da Saúde para o rastreamento e o diagnóstico precoce do câncer de mama e desmistificar conceitos em relação à doença.



Câncer de Mama

O que é câncer de mama?

É um tumor resultante da multiplicação de células anormais da mama. Há vários tipos de câncer de mama. Alguns evoluem rapidamente; outros não.

A maioria dos casos tem boa resposta ao tratamento, principalmente quando diagnosticado no início.

O que causa o câncer de mama?

Não há uma causa única. Fatores hormonais, ambientais, comportamentais e genéticos aumentam o risco de desenvolver a doença. O risco aumenta com a idade, sendo maior a partir dos 50 anos.

Quais os sinais e sintomas que podem ser percebidos pelas mulheres?

- caroço (nódulo) fixo, geralmente indolor
- pele da mama vermelha ou parecida com casca de laranja
- alterações no bico do peito (mamilo)
- saída espontânea de líquido de um dos mamilos
- pequenos nódulos no pescoço ou na região embaixo dos braços (axilas).

Essas alterações precisam ser investigadas o quanto antes, mas podem não ser câncer de mama.

O que é mamografia?

É a radiografia das mamas feita por aparelho de Raios-X (mamógrafo). O exame é capaz de mostrar alterações suspeitas antes mesmo de o tumor ser palpável.

Entretanto, a confirmação do câncer de mama só é feita pelo exame histopatológico (análise no laboratório de uma pequena parte retirada da lesão por meio de biópsia).

Quem deve fazer mamografia periodicamente?

Recomenda-se que mulheres de 50 a 69 anos façam uma mamografia a cada dois anos, mesmo sem terem notado alterações nas mamas. Esse exame chama-se "mamografia de rastreamento".

E as mulheres antes dos 50 anos?

Antes da menopausa, as mamas são mais densas (consistentes) e a mamografia de rastreamento não é indicada, pois gera muitos resultados incorretos.

Como as mulheres podem realizar os exames?

Elas devem procurar o posto de saúde mais perto de casa. Os profissionais de saúde poderão orientá-las e encaminhá-las para realizar a mamografia e outros exames ou consultas.