

Redução dos Fatores de Risco

- Adotar hábitos saudáveis de vida;
- Manter o corpo no peso adequado;
- Praticar esporte;
- Evitar consumo de bebida alcoólica.

O que fazer?

As mulheres que acessam o serviço público de saúde devem procurar a Unidade Básica de Saúde, para solicitar encaminhamento para o médico especialista.

Para quem tem plano de saúde, marcar a consulta com o médico especialista de sua escolha e solicitar a realização do exame.



#TemosPeito
#TemosCoragem

Tenho peito, sou mulher de coragem

Informe-se sobre o câncer de mama

Instituto Nacional de Câncer - INCA
www2.inca.gov.br

Sociedade Brasileira de Cancerologia
www.sbcancer.org.br

Minha Vida
www.minhavidacom.br



Rua Caetano Pinto, 575
Brás • São Paulo-SP
CEP 03041-000
Fone: (0xx11) 2108-9200
Fax: (0xx11) 2108-9310

www.cut.org.br



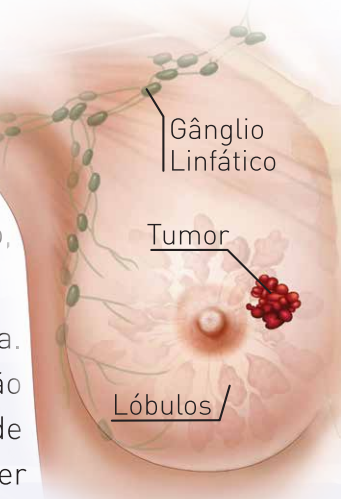
Outubro Rosa
na **CUT**® é
Lilás

OUT/2016

O que é Câncer de Mama?

É uma doença causada pela multiplicação anormal das células da mama, que forma um tumor maligno. Se descoberto no início, tem cura.

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.



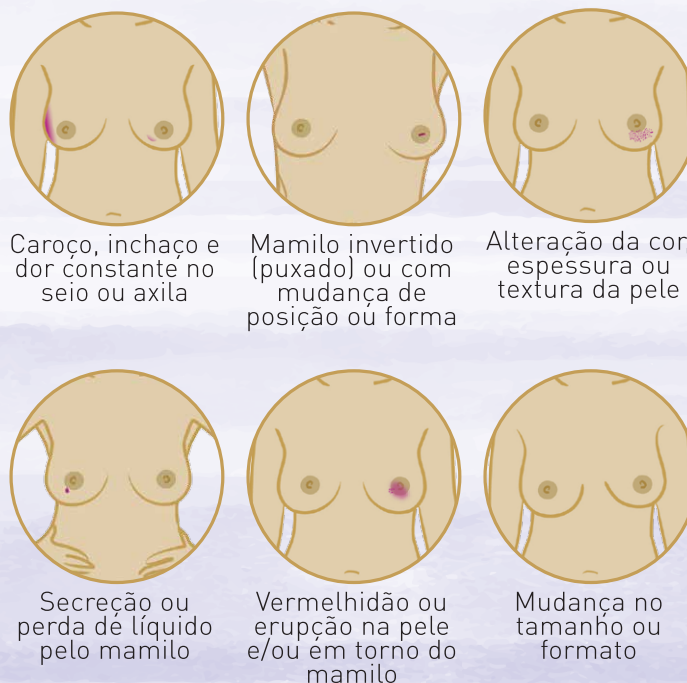
- Ter feito reposição hormonal pós-menopausa, principalmente por mais de cinco anos;
- História familiar de: Câncer de ovário; Câncer de mama em homens; Câncer de mama em mulheres, principalmente antes dos 50 anos.

O risco de câncer de mama aumenta com a idade. As mulheres com história familiar de câncer de mama devem procurar o médico para avaliar seu risco de desenvolver a doença. A mulher com mãe, irmã ou filha que teve câncer de mama antes dos 50 anos, ou câncer de ovário, deve, a partir dos 35 anos, realizar o exame clínico das mamas e a mamografia uma vez por ano.

Fatores de Risco

- Obesidade e sobrepeso após a menopausa;
- Sedentarismo (não fazer exercícios);
- Consumo de bebida alcoólica;
- Exposição frequente a radiações ionizantes (raios X, mamografia e tomografia);
- Primeira menstruação (menarca) antes de 12 anos;
- Não ter tido filhos;
- Primeira gravidez após os 30 anos;
- Não ter amamentado;
- Parar de menstruar (menopausa) após os 55 anos;
- Ter feito uso de contraceptivos orais por tempo prolongado;

Sinais e Sintomas



- Alterações no bico do peito (mamilo);
- Pele da mama avermelhada, retraída ou parecida com casca de laranja;
- Pequenos nódulos na região embaixo dos braços (axilas) ou no pescoço;
- Saída de líquido anormal das mamas.

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

Detecção Precoce

Sua identificação precoce só pode ser realizada por meio de exame clínico da mama, realizado por enfermeiro/a e/ou médico/a, onde se observa e apalpa as mamas na busca de nódulos ou outras alterações; e pela Mamografia, que é uma radiografia das mamas, realizada por um equipamento chamado mamógrafo. Este exame consiste na realização de uma compressão das mamas para visualizar pequenas alterações, o que permite descobrir o câncer de mama em fase inicial. As mulheres com idade entre 50 e 69 anos devem fazer exames de mama. O diagnóstico precoce aumenta a chance de cura do câncer de mama.

