

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

MÊS DE PREVENÇÃO AO CÂNCER DE MAMA

outubro
rosa

Cuidar de si
é um **ato de amor.**



**CÂNCER
DE MAMA**

VAMOS FALAR
SOBRE ISSO?



O que é o 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.



FIQUE ATENTO AOS SINAIS E SINTOMAS SUSPEITOS!

- Carço (nódulo) fixo, endurecido e geralmente indolor. É a principal manifestação da doença.
- Alterações no bico do peito (mamilo).
- Pequenos nódulos no pescoço ou na região embaixo dos braços (axilas).
- Saída espontânea de líquido de um dos mamilos.
- Pele da mama vermelha ou parecida com casca de laranja.



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). A mamografia é capaz de mostrar alterações suspeitas, porém, o câncer de mama é confirmado, ou não, pela análise laboratorial de uma pequena parte da lesão retirada por meio de biópsia.

Quem deve fazer mamografia periodicamente?

Recomenda-se que **mulheres de 50 a 69 anos** realizem mamografia de rotina - chamada de **rastreamento** - a cada dois anos.

Homens trans e pessoas não binárias, designadas como mulheres ao nascer e que mantêm as suas mamas, também estão incluídos nesta recomendação.

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.



Fazer mamografia de rotina, na faixa etária recomendada, reduz a mortalidade por câncer de mama e os benefícios superam os riscos. Saiba mais sobre os benefícios e riscos do rastreamento em: <https://www.gov.br/inca/pt-br/assuntos/cancer/tipos/mama>

Como as mulheres podem realizar os exames?

Elas devem procurar o posto de saúde mais perto de casa para serem orientadas e encaminhadas.

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

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



O câncer de mama hereditário, relacionado à alteração genética transmitida na família, representa apenas 5 a 10% do total de casos.

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 são atitudes que ajudam a reduzir o risco de ter a doença. Amamentar também é um fator de proteção.