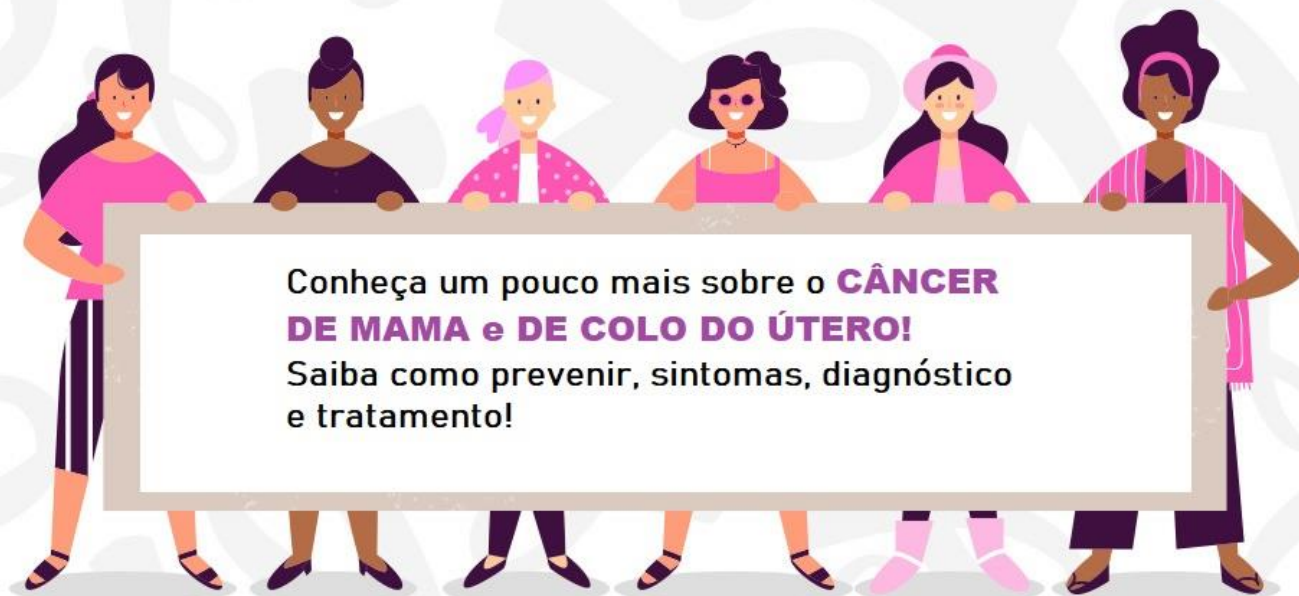




CUIDE DO QUE É MAIS VALIOSO / NA VIDA:
SUA SAÚDE



Conheça um pouco mais sobre o **CÂNCER DE MAMA e DE COLO DO ÚTERO!**
Saiba como prevenir, sintomas, diagnóstico e tratamento!



O QUE É O CÂNCER DE MAMA?

É uma doença causada pela multiplicação desordenada de células da mama, com o aparecimento de células anormais que se multiplicam, formando um tumor. É o tipo de câncer mais comum entre as mulheres. São detectados cerca de 29% de novos casos todos os anos, no Brasil.

ATENÇÃO: Só em 2018, foram detectados mais de 50.700 novos casos!



FEDERAÇÕES
E SINDICATOS



O QUE AUMENTA O RISCO DE CÂNCER DE MAMA?

- Idade acima de 40 anos;
- Obesidade e sobrepeso após a menopausa;
- História familiar de câncer;
- Sedentarismo e inatividade física;
- Não ter tido filhos;
- Consumo de bebida alcoólica;
- Exposição frequente a radiações ionizantes (Raios-X);
- Uso de contraceptivos hormonais (estrogênio-progesterona);
- Ter feito reposição hormonal pós-menopausa por mais de 5 anos.



COMO PREVENIR O CÂNCER DE MAMA?

Cerca de 30% dos casos de câncer de mama podem ser evitados com a adoção de hábitos saudáveis como:

- **Praticar atividade física;**
- **Alimentar-se de forma saudável;**
- **Manter o peso corporal adequado;**
- **Evitar o consumo de bebidas alcoólicas;**
- **Amamentar;**
- **Evitar uso de hormônios sintéticos, como anticoncepcionais e terapias de reposição hormonal.**



SINAIS E SINTOMAS QUE SERVEM COMO ALERTA!

- Nódulo (caroço), fixo e geralmente indolor;
- Pele da mama avermelhada, retraída ou parecida com casca de laranja;
- Alterações no bico do peito (mamilo);
- Pequenos nódulos nas axilas ou no pescoço
- Saída espontânea de líquido anormal pelos mamilos

PROCURE UM MÉDICO!



FEDERAÇÕES
E SINDICATOS



PREVINA-SE! Detecção precoce salva muitas vidas...

possibilidade de tratamentos menos agressivos e com taxas de sucesso **BASTANTE SATISFATÓRIAS.**

Por isto recomenda-se:

- **Visitas regulares aos ginecologista;**
- **Exames laboratoriais e investigativos como a mamografia em mulheres com mais de 40 anos.**



Diagnóstico final só com biópsia

Um nódulo ou outro sintoma suspeito nas mamas deve ser investigado para confirmar se é ou não câncer de mama. Para a investigação, além do exame clínico das mamas também deve ser feito:

- exames de imagem como mamografia, ultrassonografia ou ressonância magnética;
- biópsia, técnica que consiste na retirada de um fragmento do nódulo ou da lesão suspeita por meio de punções (extração por agulha) ou de uma pequena cirurgia.



TRATAMENTO DO CÂNCER DE MAMA

Muitos avanços vêm ocorrendo no tratamento do câncer de mama nas últimas décadas. Há diversas terapêuticas disponíveis.

O tratamento depende da fase em que a doença se encontra (estadiamento) e do tipo do tumor. Pode incluir cirurgia, radioterapia, quimioterapia, hormonioterapia e terapia biológica (terapia alvo).

Quando a doença é diagnosticada no início, o tratamento tem maior potencial curativo.

POR ISTO, PROCURE REGULARMENTE SEU MÉDICO!



OUTUBRO ROSA
Sempre é hora de prevenção!

**CONTEC, NA LUTA CONTRA
O CÂNCER!**

Observação: Esse material foi produzido a partir de informações do INCA (Instituto Nacional de Câncer/Ministério da Saúde) e em hipótese alguma substitui uma consulta médica.



FEDERAÇÕES
E SINDICATOS