

Outubro Rosa

Mês de conscientização sobre o câncer de mama

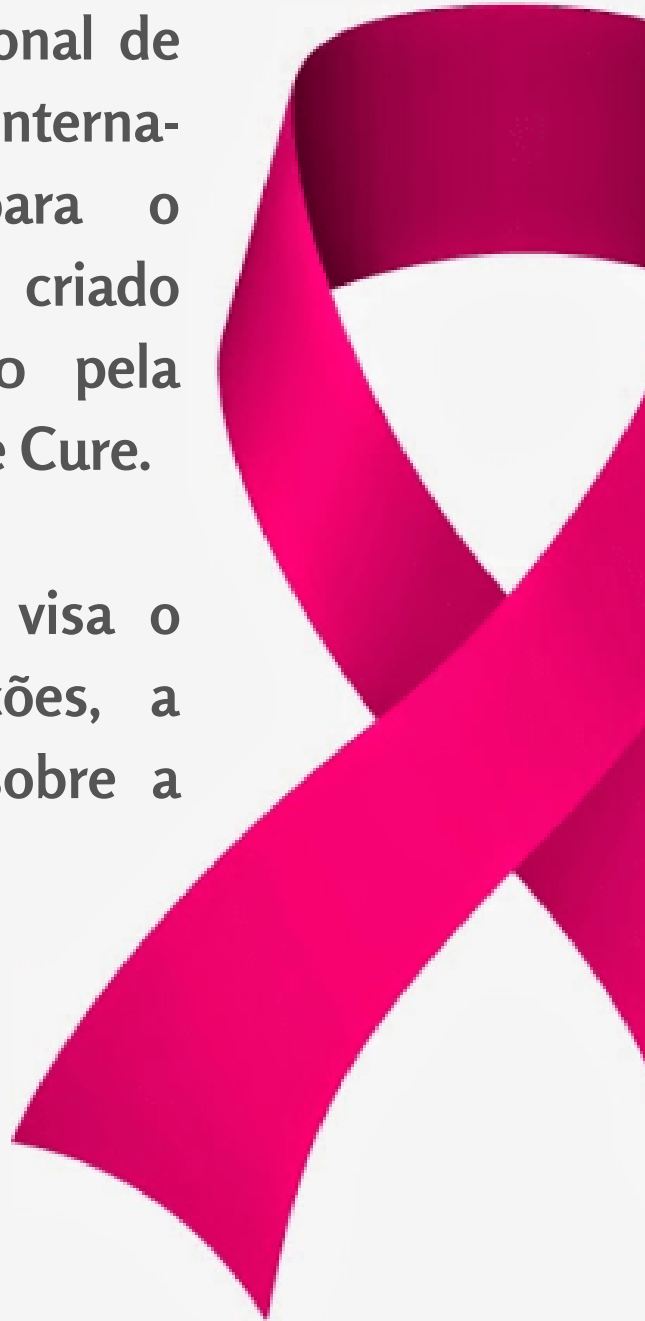
*Informar para prevenir, detectar
precocemente para salvar vidas.*

*Nessa luta, a maior
vitória é sempre a cura!*

Outubro é o mês de conscientização sobre o câncer de mama, representado pela campanha Outubro Rosa.

De acordo com o Instituto Nacional de Câncer (INCA), o movimento internacional de conscientização para o controle do câncer de mama foi criado no início da década de 1990 pela Fundação Susan G. Komen for the Cure.

Com celebração anual, a data visa o compartilhamento de informações, a promoção da conscientização sobre a doença, o aumento de acesso aos serviços de diagnóstico e de tratamento e a contribuição para a redução da mortalidade. No Brasil, a data foi instituída pela Lei nº 13.733/2.018.



O que é o câncer de mama?

O câncer de mama é uma doença, causada pela multiplicação desordenada das células da mama, processo que origina células anormais que se multiplicam e formam um tumor.

A doença pode evoluir de forma rápida ou lenta, de acordo com o tipo de câncer. Afeta mais as mulheres, entretanto pode ocorrer em homens (1% do total de casos da doença).

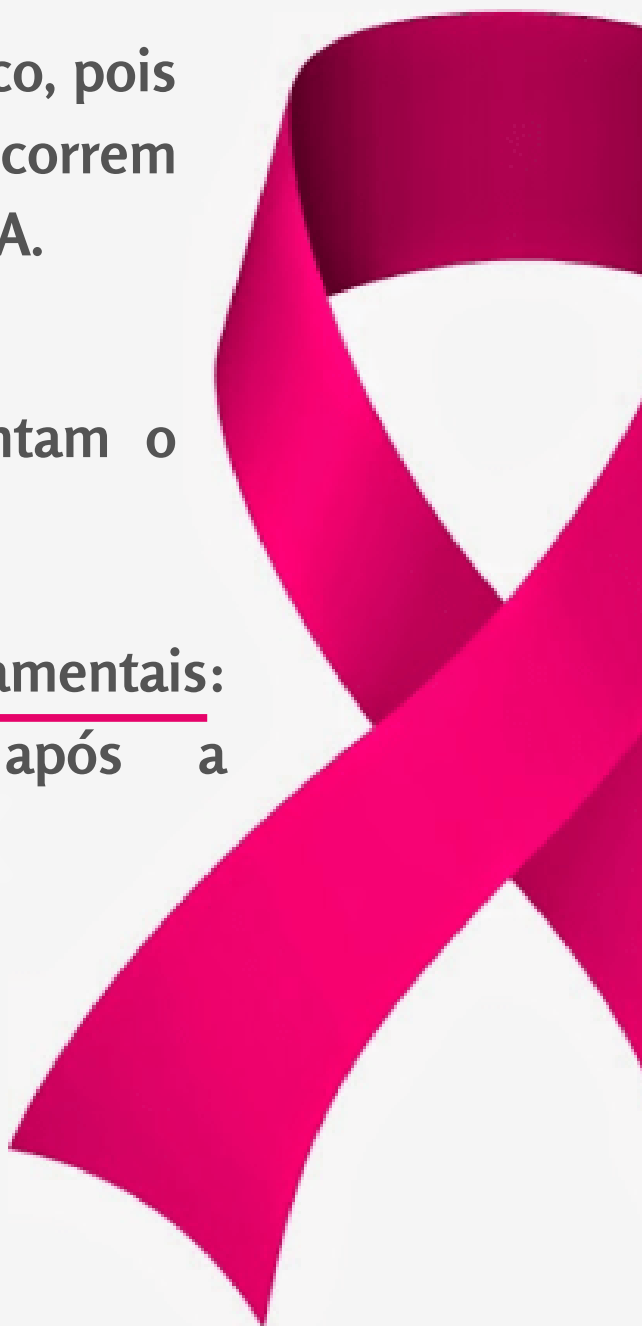


Quais são os fatores de risco?

A idade é o principal fator de risco, pois cerca de 4 em cada 5 casos ocorrem após os 50 anos, conforme o INCA.

Outros fatores também aumentam o risco da doença:

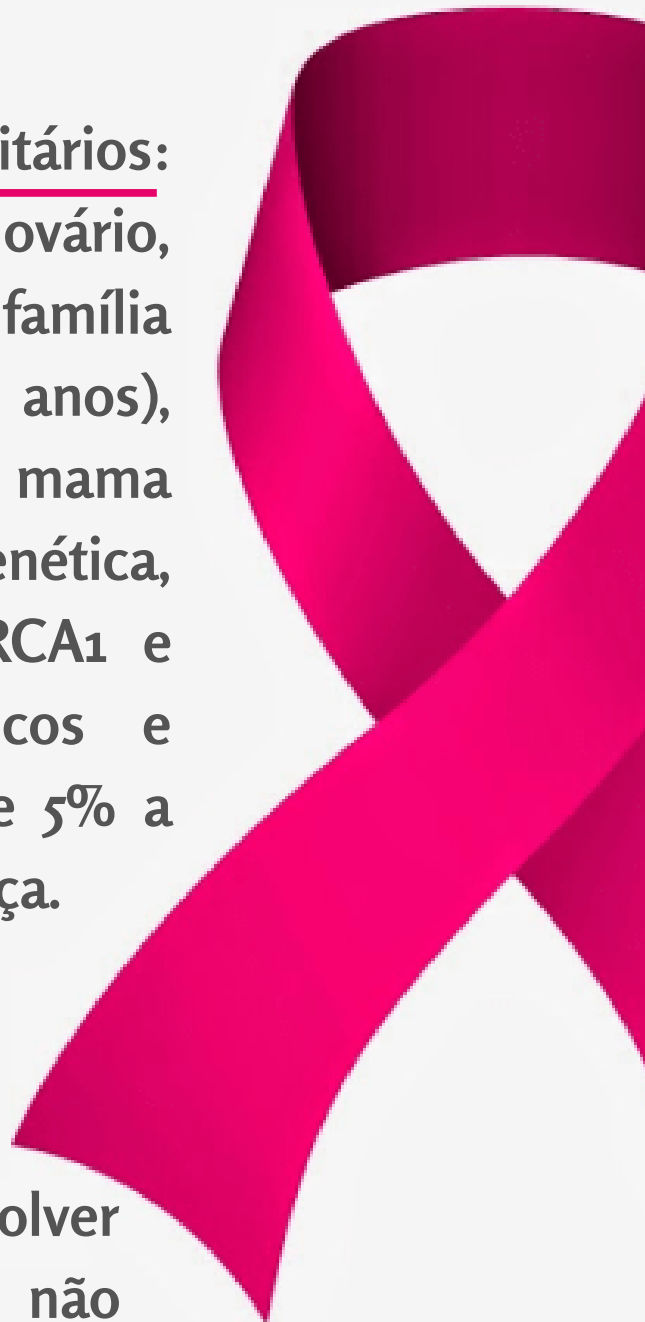
- Fatores ambientais e comportamentais: obesidade e sobrepeso após a menopausa, sedentarismo e inatividade física, consumo de bebida alcoólica e exposição frequente a radiações ionizantes (Raios-X).
- Fatores da história reprodutiva e hormonal: primeira menstruação antes de 12 anos, não ter tido filhos, primeira gravidez após os 30 anos, parar de menstruar (menopausa) após os 55 anos, uso de



contraceptivos hormonais (estrogênio-progesterona) e ter feito reposição hormonal pós-menopausa, principalmente por mais de 5 anos.

- Fatores genéticos e hereditários: histórico familiar de câncer de ovário, casos de câncer de mama na família (principalmente antes dos 50 anos), histórico familiar de câncer de mama em homens e alteração genética, especialmente nos genes BRCA1 e BRCA2. Os Fatores genéticos e hereditários correspondem de 5% a 10% do total de casos da doença.

A mulher que possui um ou mais fatores é considerada risco elevado para desenvolver câncer de mama, porém não significa que a mulher necessariamente terá a doença.



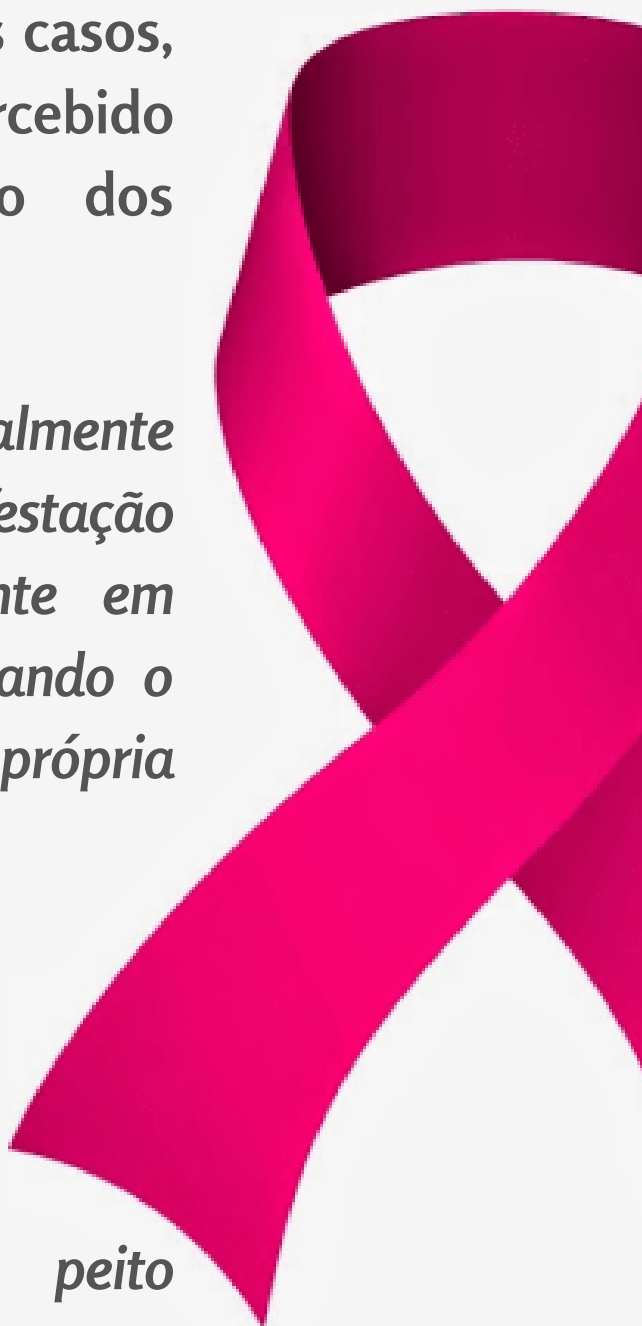
- Exposição a determinadas substâncias e ambientes, normalmente subprodutos de processos industriais e de combustão, pode estar associada ao desenvolvimento da doença.
- O INCA aponta risco aumentado de desenvolvimento de câncer de mama entre os seguintes profissionais: cabeleireiros, operadores de rádio e telefone, enfermeiros e auxiliares de enfermagem, comissários de bordo, trabalhadores noturnos.
- Indústria da borracha e plástico, química e refinaria de petróleo são atividades bastante relacionadas ao desenvolvimento da doença.
- Amamentação é um fator de proteção ao câncer de mama, mas a não-amamentação não é considerada fator de risco para desenvolver câncer de mama.



Quais são os sintomas?

Segundo o INCA, na maioria dos casos, o câncer de mama pode ser percebido nas fases iniciais, por meio dos seguintes sinais e sintomas:

- *Nódulo (caroço), fixo e geralmente indolor: é a principal manifestação da doença, estando presente em cerca de 90% dos casos quando o câncer é percebido pela própria mulher.*
- *Pele da mama avermelhada, retraída ou parecida com casca de laranja.*
- *Alterações no bico do peito (mamilo).*
- *Pequenos nódulos na axila ou no pescoço.*
- *Saída espontânea de líquido anormal pelos mamilos.*



Embora o sintoma mais comum de câncer de mama seja o aparecimento de nódulo (geralmente indolor, duro e irregular), o Ministério da Saúde ressalta que há tumores que são de consistência branda, globosos e bem definidos.

Os sinais e os sintomas devem ser investigados por um médico para que seja avaliado o risco de se tratar de um câncer.

Como é feito o diagnóstico?

O Ministério da Saúde salienta que é importante que a mulher conheça suas mamas, para que possa identificar alterações e buscar os serviços de saúde para investigação diagnóstica.

A observação e a autopalpação das mamas pode ser realizada sempre que a mulher se sentir confortável (no banho, no momento da troca de roupa ou em outra situação do cotidiano).



O INCA ressalta que, além de exame clínico das mamas, a detecção precoce também pode ocorrer por meio da realização de mamografia, ultrassonografia ou ressonância magnética. No entanto, o diagnóstico é confirmado por meio de biópsia, técnica de retirada de um fragmento do nódulo ou da lesão suspeita por meio de punções (extração por agulha) ou de uma pequena cirurgia. Após a retirada, esse material é analisado pelo patologista para a definição do diagnóstico.

Qual é o tratamento?

O tratamento é definido de acordo com a fase em que a doença se encontra (estadiamento) e do tipo de tumor.

Pode ser realizado o tratamento por meio de cirurgia, radioterapia, quimioterapia, hormonioterapia e terapia biológica (terapia alvo).

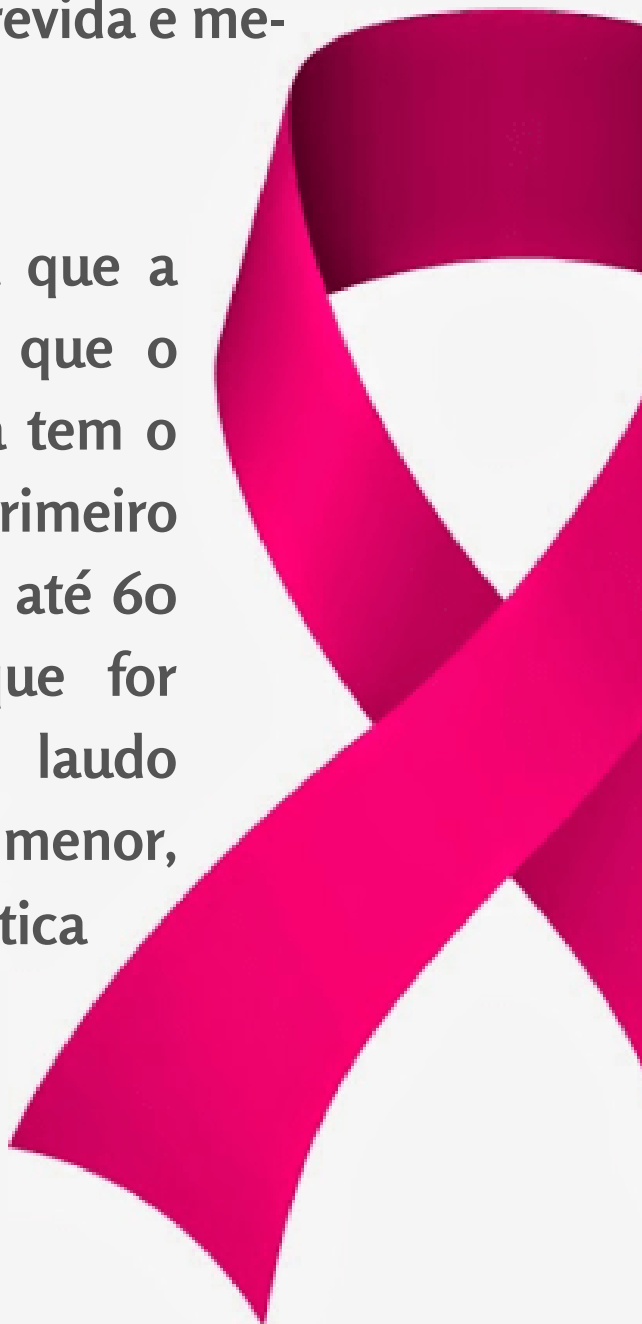


Se a doença for diagnosticada no estágio inicial, o tratamento tem maior poder curativo. Em casos em que o câncer se espalhou para outros órgãos (possui metástase), visa prolongar a sobrevivência e melhorar a qualidade de vida.

O Ministério da Saúde salienta que a “Lei nº 12.732/2.012 estabelece que o paciente com neoplasia maligna tem o direito de se submeter ao primeiro tratamento no SUS no prazo de até 60 dias, a partir da data em que for firmado o diagnóstico em laudo patológico ou, em prazo menor, conforme a necessidade terapêutica do caso.”

Tem como prevenir?

Conforme o Ministério da Saúde, o câncer de mama não é uma doença totalmente prevenível devido a multiplicidade de fatores associados ao seu



surgimento e ao fato de que vários deles não são atitudes modificáveis. Desta forma, a prevenção é baseada no controle dos fatores de risco e estímulo aos fatores protetores.

De acordo com o INCA, 30% dos casos de câncer de mama podem ser evitados com adoção de hábitos saudáveis como: realização de atividade física, alimentação saudável, manter peso adequado, evitar o consumo de bebidas alcoólicas, amamentar e evitar o uso de hormônios sintéticos, como anticoncepcionais e terapias de reposição hormonal.



A Divisão de Atenção à Saúde e Segurança no Trabalho (DASST) da Pró-Reitoria de Gestão de Pessoas (PROGEPE) reitera a importância da prevenção do câncer de mama, bem como estar atento aos sinais e sintomas. Realize os exames de forma periódica, de acordo com a recomendação médica. Ao perceber qualquer alteração nas mamas, busque um serviço de saúde e faça avaliação. Somente com diagnóstico precoce do câncer de mama e tratamento adequado é possível ter maior chance de cura.

Outubro Rosa: na luta contra o câncer de mama, o acesso à informação, a execução das medidas de prevenção e o uso de recursos disponíveis nos serviços de saúde são os melhores aliados.

Quando se trata de câncer de mama, a única oportunidade que deve ser dada é a de CURA!

