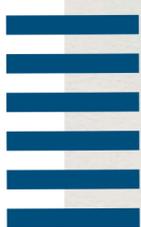




OUTUBRO ROSA

## Mês de Conscientização sobre o **Câncer de Mama**

**Outubro Rosa**, movimento de conscientização para o controle do câncer de mama, foi idealizado na década de 1990 pela **Fundação Susan G. Komen for the Cure**. Seu principal objetivo é **disseminar informações sobre a doença, bem como promover a conscientização coletiva em relação à importância do diagnóstico precoce e proporcionar um maior acesso aos serviços de diagnóstico e tratamento, com consequente contribuição para a redução de sua mortalidade**. No Brasil, a data foi instituída pela **Lei nº 13.733/2.018**.





O câncer de mama é o tipo mais comum observado em mulheres no mundo, correspondendo a cerca de **25%** dos novos casos registrados de câncer anualmente. **No Brasil esse percentual chega a 29%**. Neste artigo, separamos informações importantes sobre os principais exames para o **diagnóstico precoce, sintomas, tratamento e prevenção para a doença.**

## Diagnóstico precoce

**Consiste em exame realizado por profissional médico ou enfermeiro treinado para esta finalidade.** Durante este exame, poderão ser evidenciadas alterações no seio da pessoa e, caso seja necessário para complementação da investigação, exames como mamografia (raio-x) poderão ser solicitados para avaliação da lesão suspeita.

A maioria dos casos de câncer de mamas, principalmente em estágios iniciais, são **assintomáticos**. Por isso, é fundamental que a mulher possua uma **rotina de examinar suas mamas** para que possa detectar qualquer alteração, e, caso ocorra, procurar atendimento médico adequado. **Quando detectado precocemente, o câncer de mama tem mais de 90% de chance de cura e o tratamento é muito mais facilitado.**

## Possíveis sinais e sintomas

Alterações no tamanho ou forma da mama

Espessamento ou retração da pele ou do mamilo

Presença de nódulo único e de consistência endurecida

Saída de secreção serosa ou sanguinolenta pelo mamilo

Vermelhidão, inchaço, calor ou dor na pele da mama, mesmo na ausência de nódulo palpável;

Assimetria entre as mamas

Presença de nódulo aumentado na região axilar

Endurecimento da pele da mama ("casca de laranja")

Presença de inversão do mamilo

Dor na mama ou mamilo

Inchaço no braço

O aparecimento dessas anormalidades pode ocorrer de forma isolada ou simultânea. É importante lembrar que esses sinais nem sempre indicam a presença de um câncer, sendo necessário consultar um médico para ter o diagnóstico correto.



## Tratamento do Câncer de Mama

Existem atualmente várias formas de tratamento indicados para combater o câncer de mama. O plano de tratamento a ser executado é definido pelo médico, após análise de todos os exames realizados, principalmente após a realização da biópsia da lesão suspeita.

A **Lei nº 12.732/2.012** determina que a paciente com neoplasia maligna **tem o direito de realizar seu primeiro tratamento no SUS no prazo de até 60 dias a partir da confirmação do diagnóstico ou em menor prazo**, dependendo da necessidade do caso.

**As modalidades de tratamento do câncer de mama podem ser divididas em:**

- **Tratamento local:**  
cirurgia e radioterapia
- **Tratamento sistêmico:**  
Quimioterapia, Hormonioterapia e Terapia Biológica



# Prevenção

De modo geral, a prevenção baseia-se no controle dos fatores de risco e no estímulo aos fatores protetores, especificamente aqueles que podem ser mudados com a adoção de hábitos saudáveis:



**Atividade física regular**



**Alimentação saudável**



**Manter peso corporal adequado**



**Evitar o consumo de bebidas alcoólicas**



**Amamentar sempre que possível**



**Evitar o uso de hormônios sintéticos,  
como anticoncepcionais e terapias  
de reposição hormonal**

## Fontes:

Blog da Saúde

Federação Brasileira de  
Instituições Filantrópicas de Apoio  
à Saúde da Mama (FEMAMA)

Instituto Nacional de Câncer

Ministério da Saúde

**MDS**

DE BEM   
COM A VIDA