

# CÂNCER DE MAMA



GOVERNO  
DO ESTADO

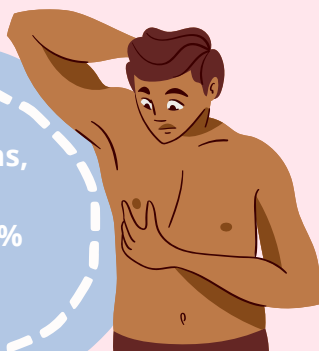
**RIO  
GRANDE  
DO SUL**

SECRETARIA DA SAÚDE

# Vamos conversar sobre o Câncer de Mama?

Falar abertamente sobre o câncer pode ajudar a **esclarecer mitos e difundir verdades e, com isso, aumentar o conhecimento e diminuir o temor associado à doença.** A seguir, algumas informações sobre o câncer de mama.

O câncer de mama também acomete homens, porém é raro, representando apenas 1% do total de casos da doença.



O câncer de mama é o **tipo mais frequente de câncer em mulheres e homens trans (não mastectomizados)**, após o câncer de pele não melanoma.



**1 em cada 3 casos de câncer pode ser curado se for descoberto logo no início. A maioria dos casos tem boa resposta ao tratamento, principalmente quando diagnosticado e tratado no início.**



**Suas mamas são únicas, assim como você!** É comum que uma das mamas seja maior que a outra ou que tenham formatos diferentes. Quando a pessoa conhece bem o seu corpo, ela pode perceber mudanças que são normais nas mamas e ficar alerta para um sinal ou sintoma suspeito de câncer de mama.



## QUAIS SÃO OS SINAIS E/OU SINTOMAS SUSPEITOS QUE PODEM INDICAR CÂNCER DE MAMA?



Pequenos nódulos na região embaixo dos braços (axilas) ou no pescoço.

Caroço (nódulo) endurecido, fixo e geralmente indolor. É a principal manifestação da doença, estando presente em mais de 90% dos casos.



Saída espontânea de líquido em um dos mamilos

Alterações no bico do peito (mamilo)



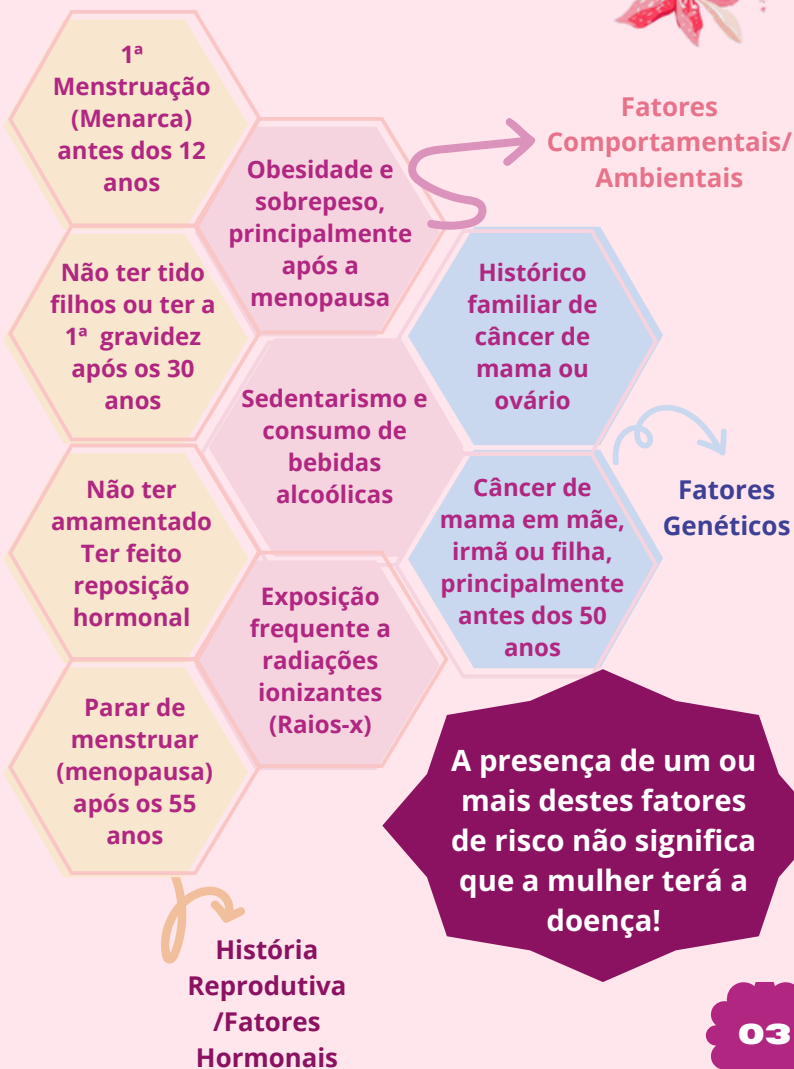
Pele da mama avermelhada, retraída ou parecida com casca de laranja.

# O QUE CAUSA O CÂNCER DE MAMA?



**Não há uma única causa.**

Diversos fatores estão relacionados ao câncer de mama.

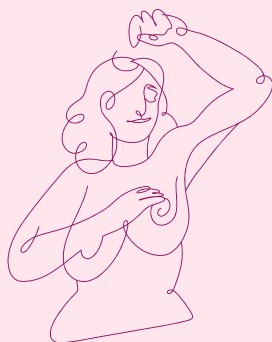


## ATENÇÃO!

Qualquer caroço na mama em mulheres ou homens trans (não mastectomizados) com mais de 50 anos deve ser investigado! Em pessoas mais jovens, qualquer caroço deve ser investigado se persistir por mais de um ciclo menstrual.

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

**Olhe, palpe e sinta** suas mamas no dia a dia para reconhecer suas variações naturais e identificar as alterações suspeitas. Em caso de alterações persistentes, procure uma Unidade de Saúde.



**ALÉM DE ESTAREM ATENTAS AO PRÓPRIO CORPO, É RECOMENDADO QUE AS MULHERES E HOMENS TRANS (NÃO MASTECTOMIZADOS) FAÇAM EXAME DE ROTINA?**



**Sim.** A mamografia é um exame que pode ser feito de rotina (rastreamento) para identificar o câncer antes de apresentar sintomas. As mulheres devem ser informadas sobre os benefícios e riscos dessa prática.

A mamografia e o exame clínico das mamas feito por profissional de saúde identificam alterações suspeitas, mas a confirmação do câncer de mama é feita pelo exame histopatológico (biópsia), que analisa uma pequena parte retirada da lesão.

## **TEM COMO SE PROTEGER DO CÂNCER DE MAMA?**

**Sim!**

Confira algumas dicas para se prevenir

- Manter o peso corporal adequado
- Ser fisicamente ativa
- Evitar bebidas alcoólicas
- Para quem tem filhos, amamentar até o 6º mês de forma exclusiva e, se possível, até os 2 anos ou mais.



Quando a doença é diagnosticada no início, o tratamento tem maior potencial de cura!

**CASOS DE CÂNCER PODEM SER EVITADOS POR MEIO DE HÁBITOS DE VIDA SAUDÁVEIS.**

# DÚVIDAS SOBRE MAMOGRAFIA

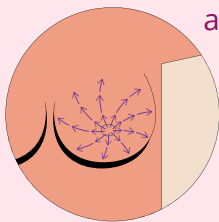
## QUEM DEVE FAZER A MAMOGRAFIA DE RASTREAMENTO?

É recomendado que **mulheres ou homens trans (não mastectomizados) de 50 a 69 anos** façam uma mamografia a cada dois anos.



## E QUEM ESTÁ FORA DA FAIXA ETÁRIA PRECONIZADA, PODE FAZER O EXAME?

Qualquer alteração nas mamas deve ser avaliada, independente da idade. O exame para avaliar uma alteração suspeita na mama é chamada de **mamografia diagnóstica** e poderá ser feita em qualquer idade com indicação médica.



## O QUE FAZER SE O EXAME DER ALTERADO?

Após a liberação do laudo, deve-se **retornar à unidade de saúde** para que um profissional de saúde avalie o resultado. Em caso de alterações, ele fará o encaminhamento a um especialista para realização de exames e procedimentos diagnósticos complementares.



**A informação pode salvar vidas. Por isso construímos este material: para orientá-la a respeito da prevenção e detecção precoce do câncer de mama, compartilhe, seja um agente multiplicador da detecção precoce do câncer de mama, ajude a salvar vidas.**

**Lembre-se de que este material não substitui o diálogo entre você e o profissional de saúde que a atende. Informe-se, tire suas dúvidas e decida o que é melhor para você.**

