

CÂNCER DE MAMA



O câncer de mama é o tipo de câncer mais comum entre as mulheres brasileiras. A detecção precoce é fundamental para aumentar as chances de cura e o diagnóstico precoce é uma das estratégias utilizadas para isso. Os principais sintomas do câncer de mama incluem:

- Aparecimento de um nódulo: O sintoma mais comum é o surgimento de um caroço no seio, geralmente sem dor associada.
- Alterações na pele: A pele da mama pode ficar parecida com uma casca de laranja[5].
- Secreção sanguinolenta pelo mamilo: A presença de secreção sanguinolenta pelo mamilo também pode ser um sinal de alerta.
- Lesões na aréola ou no mamilo: Lesões na aréola ou no mamilo que não respondem ao tratamento tópico podem indicar a presença de câncer de mama.

Além dos sintomas, o rastreamento por meio da mamografia é uma das principais estratégias para a detecção precoce do câncer de mama. No entanto, é importante ressaltar que o autoexame das mamas não é mais indicado como uma estratégia de detecção precoce, pois estudos demonstraram que essa prática não reduzia a mortalidade. A recomendação é que as mulheres tenham consciência da saúde das mamas, saibam reconhecer os sinais e sintomas suspeitos e tenham acesso rápido aos serviços de saúde para investigação.

Prevenção do Câncer de Mama

A prevenção do câncer de mama desempenha um papel crucial na redução do risco de desenvolvimento dessa doença. Aqui estão medidas importantes que as mulheres podem adotar para proteger sua saúde:

Manter uma dieta equilibrada, rica em frutas, legumes e verduras, é um passo fundamental na prevenção do câncer de mama. Além disso, praticar atividades físicas regularmente é outro componente importante. Recomenda-se pelo menos 150 minutos de atividade física moderada ou 75 minutos de atividade física intensa por semana. Evitar o excesso de peso e a obesidade está associado a um menor risco de desenvolver câncer de mama, especialmente após a menopausa. Além disso, reduzir ou evitar o consumo de bebidas alcoólicas é uma medida importante, já que o álcool pode aumentar o risco de câncer de mama.

A amamentação é um fator protetor contra o câncer de mama, e quanto mais prolongada for a amamentação, maior será a proteção. Realizar exames de rotina é fundamental, incluindo a mamografia, que desempenham um papel crucial na detecção precoce do câncer de mama.

Conhecer os fatores de risco é essencial, e mulheres com histórico familiar de câncer de mama, especialmente se uma parente de primeiro grau (mãe, irmã ou filha) teve a doença antes dos 50 anos, têm um risco aumentado de desenvolver câncer de mama. A prevenção do câncer de mama é um compromisso com a sua saúde e bem-estar. É importante adotar essas medidas como parte de um estilo de vida saudável e conversar com um profissional de saúde para orientação específica.

O exame clínico das mamas é uma das principais estratégias para a detecção precoce do câncer de mama. Esse exame deve ser realizado por um profissional de saúde treinado, geralmente um médico ou enfermeiro, e é dividido em três etapas: inspeção estática e dinâmica, palpação e avaliação da descarga papilar.

Mamografia

A mamografia é um exame de imagem que utiliza raios-X para visualizar o tecido mamário e é uma das principais ferramentas de detecção precoce do câncer de mama. Esse exame pode ser realizado em mulheres assintomáticas como parte de um programa de rastreamento ou em mulheres com sintomas suspeitos ou

anormalidades detectadas em outros exames.

A mamografia pode detectar tumores invasivos e carcinoma ductal in situ (CDIS), que são células cancerígenas na parede dos ductos mamários. No entanto, esse exame não é 100% preciso e pode apresentar resultados falsos-negativos (quando a mamografia parece normal, mas o câncer está presente) ou resultados falsos-positivos (quando a mamografia mostra algo suspeito, mas não é câncer).

Apesar de suas limitações, a mamografia é uma ferramenta valiosa na detecção precoce do câncer de mama e pode ajudar a reduzir a mortalidade por essa doença. Em alguns casos, podem ser necessários exames adicionais, como ultrassonografia ou ressonância magnética, para avaliar melhor as áreas suspeitas encontradas na mamografia.

Direito à Mamografia

A mamografia é um direito assegurado às mulheres brasileiras pelo Sistema Único de Saúde (SUS), independentemente da faixa etária. A lei 11.664, criada para garantir a mamografia a mulheres com idade superior a 40 anos, pelo SUS, foi um marco nesse sentido. No entanto, houve debates sobre a faixa etária mais adequada para a realização desse exame, com o Ministério da Saúde e o Instituto Nacional de Câncer (INCA) recomendando a faixa de 50 a 69 anos.

Em 2022, uma nova lei foi sancionada, ampliando a atenção à mulher na prevenção ao câncer pelo SUS. Essa lei estabelece que mulheres a partir da puberdade têm direito a fazer os exames de mamografia, citopatologia e colonoscopia pelo SUS. Portanto, atualmente, o direito à mamografia abrange um espectro mais amplo de faixas etárias, desde a puberdade até a terceira idade.

A oferta gratuita de mamografia pelo SUS é uma importante ferramenta na detecção precoce do câncer de mama, permitindo o diagnóstico e tratamento adequados, o que contribui para melhores resultados e maiores chances de cura.

FONTES:

[1] <https://www12.senado.leg.br/noticias/materias/2022/05/11/agora-e-lei-atencao-a-mulher-na-prevencao-ao-cancer-pelo-sus-deve-ser-ampliada>

[2] <https://www.gov.br/mdh/pt-br/noticias-spm/noticias/2014/02/24-02-2013-mamografia-e-direito-assegurado-pelo-sistema-unico-de-saude-sus>

[3] <https://www.gov.br/inca/pt-br/assuntos/gestor-e-profissional-de-saude/controlado-cancer-de-mama/acoes/deteccao-precoce>

[4] <https://mulherconsciente.com.br/cancer-de-mama/como-detectar-e-identificar-cancer-de-mama/>

[5] <https://bvsm.s.saude.gov.br/outubro-rosa-prevencao-e-diagnostico-precoce-do-cancer-de-mama/>

Dúvidas? Fale com AFAG!

☎ 0800 777 2902 📞 (19) 99632-6225

✉ contato@afag.org.br

www.afagbrasil.org.br



*Siga-nos
nas mídias
sociais!*

@afagbrasil



Associação dos Familiares, Amigos e Portadores de Doenças Graves (AFAG)