

## **OUTUBRO ROSA**

### **O mês da campanha de prevenção do CANCER DE MAMA**

*É o tipo de câncer mais comum entre as mulheres no mundo e no Brasil, depois do de pele não melanoma, respondendo por cerca de 28% dos casos novos a cada ano.*

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

*Relativamente raro antes dos 35 anos, acima desta idade sua incidência cresce progressivamente, especialmente após os 50 anos. Estatísticas indicam aumento da sua incidência tanto nos países desenvolvidos quanto nos em desenvolvimento.*

*Existem vários tipos de câncer de mama. Alguns evoluem de forma rápida, outros, não. A maioria dos casos tem bom prognóstico.*

*Estimativa de novos casos: 59.700 (2018 – INCA)*

**Número de mortes: 14.388, sendo 181 homens e 14.206 mulheres (2013)**

*Sinta seu corpo,  
Ouça seu médico,  
Reveja seus conceitos,  
Vá além do seu tempo!  
Vida plena é o seu direito...*

**Câncer de mama, Vamos  
prevenir!!!**

marque sua consulta pelos e-mails:

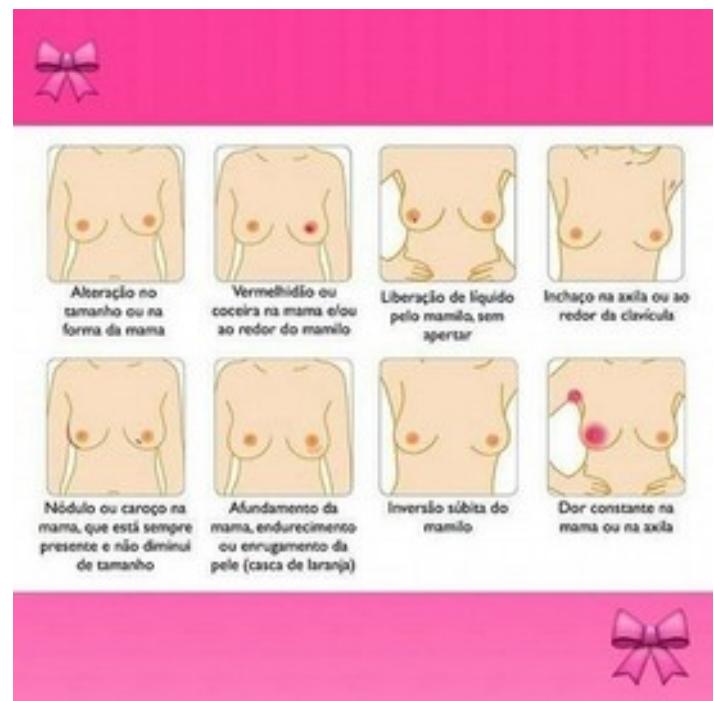
[clinicadavila@uol.com.br](mailto:clinicadavila@uol.com.br)  
[clinicadavila@yahoo.com.br](mailto:clinicadavila@yahoo.com.br)

ou pelos telefones

2958-6122 – 2792-6122

2792-6120 – 3637-7473

**WhatsApp 9-9396-8054**



## **FATORES DE RISCO**

A idade, os fatores hereditários ou história de câncer na família, e os ambientais (uso de bebidas, cigarros, obesidade, exposição a radiação, etc), os fatores endócrinos, como menarca precoce, menopausa tardia, primeira gestação após os 30 anos ou nenhum filho, anticoncepcionais orais ou terapia de reposição hormonal são fatores de risco importantes que não devem ser menosprezados.

## **PREVENÇÃO**

Estima-se que por meio da alimentação, nutrição e atividade física é possível reduzir em até 28% o risco de a mulher desenvolver câncer de mama. Controlar o peso corporal e evitar a obesidade, por meio da alimentação saudável e da prática regular de exercícios físicos, e evitar o consumo de bebidas alcoólicas são recomendações básicas para prevenir o câncer de mama. A amamentação também é considerada um fator protetor.

A terapia de reposição hormonal (TRH), quando estritamente indicada, deve ser feita sob rigoroso controle médico e pelo mínimo de tempo necessário.

## **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** nas axilas ou no pescoço.
- **Saída de líquido anormal** das mamas.

Fonte: Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva