



Todos juntos na prevenção do câncer de mama



Embora talvez seja um tema difícil de se tratar, falar abertamente sobre o câncer pode ajudar a esclarecer mitos e verdades e, com isso, aumentar a chance de enfrentamento da doença.

Um em cada três casos de câncer pode ser curado se descoberto logo no início. No entanto, muitos pacientes, por medo ou desconhecimento, preferem não falar no assunto e acabam atrasando o diagnóstico. Por isso, é preciso desfazer crenças sobre o câncer, para que ele deixe de ser visto como uma sentença de morte ou um mal incurável e inevitável.

Alguns tipos de câncer, entre eles o de mama, apresentam sintomas e sinais em suas fases iniciais e, se descobertos precocemente, podem ser tratados a tempo. A detecção precoce ajuda a reduzir a mortalidade e confere melhores resultados ao tratamento de alguns tipos de câncer.

O câncer de mama ocorre principalmente em mulheres, mas, mesmo que muitos não percebam, os homens também têm tecido mamário e podem ser acometidos pela doença. Somente 1% dos cânceres de mama acomete os homens (a cada 100 diagnósticos novos de câncer de mama, 99 são em mulheres, e apenas 1 em homem).

Quais são os sinais e sintomas do câncer de mama?

- Nódulo (como um caroço) fixo e geralmente indolor;
- Alterações mamilo (no bico do peito);
- Pele da mama avermelhada, retraída ou parecida com uma casca de laranja;
- Pequenos nódulos na região das axilas (embaixo dos braços) ou no pescoço;
- Saída de líquido anormal das mamas.

Essas alterações, embora não necessariamente signifiquem câncer de mama, precisam ser investigadas o quanto antes.

12 SINTOMAS DO CÂNCER DE MAMA



Fique de olho!

De que maneira as mulheres podem perceber os sinais e sintomas da doença?

R.: Todas as mulheres, independentemente da idade, podem conhecer seu corpo para saber o que é e o que não é normal nas mamas. A maior parte dos cânceres de mama é descoberta pelas próprias mulheres. Observe, palpe e sinta suas mamas no dia a dia para reconhecer suas variações naturais e identificar as alterações suspeitas. **FAÇA O AUTOEXAME.** Em caso de alterações persistentes, procure um posto de saúde.

Além de estarem atentas quanto ao próprio corpo, é recomendado que as mulheres façam exame de rotina?

R.: Sim. O rastreamento é a realização de exame de rotina para identificar o câncer antes de ter os sintomas. No caso do câncer de mama, o exame recomendado é a mamografia.

Quem deve fazer mamografia de rastreamento?

R.: Mulheres de 50 a 69 anos devem fazer uma mamografia a cada dois anos. A mamografia para avaliar alterações suspeitas na mama é chamada mamografia diagnóstica e pode ser feita em qualquer idade.

Alterações suspeitas também podem ser avaliadas pelo exame clínico das mamas, que é a observação e palpação das mamas por médico ou enfermeiro.

O acesso à investigação diagnóstica das alterações suspeitas da mama, de modo ágil e com qualidade, é um direito da mulher. O que é recomendado às mulheres com risco elevado para o câncer de mama? Que elas conversem com o médico para avaliação do risco e definição da conduta a ser seguida. Os serviços de saúde devem priorizar a consulta das mulheres com nódulo ou outras alterações suspeitas na mama. A rapidez da avaliação facilita a detecção precoce da doença.

A mamografia e o exame clínico das mamas identificam alterações suspeitas, mas a confirmação de câncer de mama é feita em laboratório por meio de exame histopatológico, que analisa uma pequena parte retirada da lesão (biopsia).

E se houver histórico de câncer de mama na família?

R.: Cerca de 90% das mulheres que desenvolvem esse tumor não têm ninguém na família com o mesmo problema. Só em 10% delas o câncer de mama é hereditário, mas considera-se alto o risco de tê-lo quando um ou mais parentes em primeiro grau foram acometidos pela doença, especialmente se isso ocorreu antes da menopausa. Nesse caso, a indicação é iniciar a avaliação dez anos antes da idade em que o câncer de mama surgiu no familiar. Pode, inclusive, ser indicado o teste genético, em busca de mutações que predisponham ao câncer.

Por que a mamografia de rastreamento não é indicada para mulheres com menos de 50 anos nem para mulheres com 70 anos ou mais?

R.: Antes dos 50 anos, as mamas são mais firmes e com menos gordura (mais densas), o que torna o exame limitado para identificar as alterações e gera muitos resultados incorretos. Em relação às mulheres com 70 anos ou mais, é maior o risco de revelar um tipo de câncer de mama que não causaria prejuízos a ela.

INFORME-SE, CONVERSE, COMPARTILHE ESTAS INFORMAÇÕES!

A saúde é um direito da população e um dever do Estado. Para informações sobre os serviços de saúde de sua cidade, procure a Secretaria Municipal de Saúde.