



OUTUBRO ROSA

A CNTC valoriza a saúde das trabalhadoras.



CONFEDERAÇÃO NACIONAL DOS
TRABALHADORES NO COMÉRCIO



CÂNCER DE MAMA

O Outubro Rosa é um movimento mundial pela prevenção do câncer de mama. O nome remete à cor do laço rosa que simboliza, mundialmente, a luta contra o câncer de mama e estimula a participação da população, empresas e entidades.

O CÂNCER

Todo câncer se caracteriza por um crescimento rápido e desordenado de células, que adquirem a capacidade de se multiplicar. Essas células tendem a ser muito agressivas e incontroláveis, determinando a formação de tumores malignos (câncer), que podem espalhar-se para outras regiões do corpo. O câncer também é comumente chamado de neoplasia.



CENÁRIO DO CÂNCER DE MAMA



52.000

NOVOS CASOS DE
CÂNCER DE MAMA SÃO
DIAGNOSTICADOS A
CADA ANO NO BRASIL



45%

DOS CASOS DE CÂNCER
DE MAMA NO BRASIL
TEM DIAGNÓSTICO
AVANÇADO



95%

CHANCES DE CURA
SE DETECTADO
PRECOCEMENTE

PARA CADA 1MM DE AUMENTO DO NÓDULO MALIGNO, DIMINUI EM 1% A CHANCE DE CURA DO PACIENTE. O CÂNCER DE MAMA É A SEGUNDA CAUSA DE MORTE ENTRE AS MULHERES BRASILEIRAS. FAÇA SEUS EXAMES DE ROTINA E SE VOCÊ TEM MAIS DE 40 ANOS REALIZE REGULARMENTE A SUA MAMOGRAFIA.

O que é câncer de mama

É uma doença causada pela multiplicação anormal das células da mama, que forma um tumor maligno. O câncer de mama tem cura, se descoberto no início.



? Como é possível descobrir a doença cedo?

Por meio da realização de alguns exames, principalmente do exame clínico das mamas e da mamografia. Todas devem ter cuidados com sua saúde, mas, para o controle do câncer de mama, algumas mulheres devem realizar exames periodicamente, mesmo que não tenham alterações em suas mamas. O diagnóstico precoce aumenta a chance de cura câncer de mama.

? Quem deve fazer exames periodicamente?

Toda mulher com 40 anos ou mais deve procurar um posto de saúde para ter suas mamas examinadas por um profissional de saúde anualmente. Entre 50 e 69 anos, a mulher também deve fazer uma mamografia a cada dois anos. O risco de câncer de mama aumenta com a idade.

? E as mulheres com história familiar de câncer de mama?

Uma parte delas tem herança genética e, por isso, é importante que procurem o médico para avaliar seu risco de desenvolver a doença. A mulher com mãe, irmã ou filha que teve câncer de mama antes dos 50 anos, ou câncer de ovário, deve, a partir dos 35 anos, realizar o exame clínico das mamas e a mamografia uma vez por ano.



? – O que é o exame clínico das mamas?

É o exame em que o médico ou enfermeiro observa e apalpa as mamas de sua paciente na busca de nódulos ou outras alterações.

? – O que é mamografia?

É uma radiografia das mamas, realizada por um equipamento chamado mamógrafo. É feita uma compressão das mamas para visualizar pequenas alterações, o que permite descobrir o câncer de mama em fase inicial.

? – E o que a mulher pode fazer?

Conhecer o que é normal em suas mamas e ficar atenta para eventuais alterações. Se observar alguma alteração, a mulher deve procurar imediatamente um médico.

? – Como a mulher pode perceber a doença?

O câncer de mama pode ser percebido pela mulher como um caroço, acompanhado ou não de dor. A pele da mama pode ficar vermelha ou parecida com uma casca de laranja ou surgirem alterações no bico do peito, o mamilo. Também podem aparecer pequenos caroços na região embaixo dos braços, nas axilas. Lembre-se de que nem sempre essas alterações são sinais de câncer de mama.



O que mais a mulher pode fazer para se cuidar?



Não abusar de bebidas alcoólicas, não fumar, alimentar-se bem e praticar atividade que movimentem seu corpo podem ajudar na prevenção de várias doenças, inclusive do câncer. Além disso, a amamentação e o controle do peso corporal podem prevenir o câncer de mama. Se a mulher for se submeter à reposição hormonal, é importante que converse com seu médico sobre riscos dessa prática.

PREVENÇÃO

Evitar a obesidade, através de dieta equilibrada e prática regular de exercícios físicos, é uma recomendação básica para prevenir o câncer de mama, já que o excesso de peso aumenta o risco de desenvolver a doença. A ingestão de álcool, mesmo em quantidade moderada, é contra-indicada, pois é fator de risco para esse tipo de tumor, assim como a exposição a radiações ionizantes em idade inferior aos 35 anos.

Ainda não há certeza da associação do uso de pílulas anticoncepcionais com o aumento do risco para o câncer de mama. Podem estar mais predispostas a ter a doença mulheres que usaram contraceptivos orais de dosagens elevadas de estrogênio, que fizeram uso da medicação por longo período e as que usaram anticoncepcional em idade precoce, antes da primeira gravidez.



CNTC - Confederação Nacional dos Trabalhadores no Comércio
Endereço: SGAS W5, quadra 902, bloco C, CEP 70390-020- Brasília/DF
Fone: (61) 3217.7100 | www.cntc.org.br | cntc@cntc.org.br