








Outubro Rosa – Mês de conscientização sobre o câncer de mama



Quais sintomas do câncer de mama?

O sintoma mais comum de câncer de mama é o aparecimento de nódulo, geralmente indolor, duro e irregular, mas há tumores que são de consistência branda, globosos e bem definidos. Outros sinais de câncer de mama são:

-  Edema cutâneo (na pele), semelhante à casca de laranja;
-  Retração Cutânea;
-  Dor;
-  Inversão do mamilo
-  Descamação ou ulceração do mamilo;
-  Hiperemia;
-  Secreção papilar, especialmente quando é unilateral e espontânea.

Prevenção da doença

A prevenção do câncer de mama baseia-se no autoexame mensal e na realização de mamografia a cada dois anos, especialmente, em mulheres acima de 50 anos. No entanto, o controle dos fatores de risco também é eficaz. O estímulo aos fatores protetores são importantes devido ser por meio deles ser possível reduzir o risco de desenvolver a doença. Além do controle de peso corporal e consumo de bebidas alcoólicas, recomendações de especialistas na prevenção da doença.

Para Luiz Porto, mastologista e membro do Comitê de Controle do Câncer no Ceará, a prevenção ajuda no diagnóstico precoce da doença, aumenta as chances de tratamento. “A mamografia deve ser feita pelo menos a cada dois anos, principalmente, em mulheres acima de 50 anos”, ressalta o especialista.

O médico alerta ainda para os fatores de risco comportamentais, que estão relacionados ao desenvolvimento do câncer de mama como o excesso de peso e a falta de atividade física. “Estima-se que com uma boa alimentação e atividade física é possível reduzir o risco de a mulher desenvolver câncer de mama. Por isso, é tão importante a mulher controlar seu peso, ter uma alimentação saudável e praticar exercícios pelo menos três vezes por semana, a amamentação também é considerada um fator protetor”.

Qual tratamento para o câncer de mama?

Para o tratamento de câncer de mama, oferece todos os tipos de cirurgia, como mastectomias, cirurgias conservadoras e reconstrução mamária, além de radioterapia, quimioterapia, hormonioterapia e tratamento com anticorpos.

O tratamento do câncer de mama é feito por meio de uma ou várias modalidades combinadas. O médico vai escolher o tratamento mais adequado de acordo com a localização, o tipo do câncer e a extensão da doença.

O médico alerta ainda para os fatores de risco comportamentais, que estão relacionados ao desenvolvimento do câncer de mama como o excesso de peso e a falta de atividade física. “Estima-se que com uma boa alimentação e atividade física é possível reduzir o risco de a mulher desenvolver câncer de mama. Por isso, é tão importante a mulher controlar seu peso, ter uma alimentação saudável e praticar exercícios pelo menos três vezes por semana, a amamentação também é considerada um fator protetor”.

Movimento internacional de conscientização para o controle do câncer de mama, o Outubro Rosa foi criado no início da década de 1.990 pela Fundação Susan G. Komen for the Cure. O câncer de mama é causado pela multiplicação desordenada das células da mama.

É o tipo de câncer mais comum entre as mulheres no mundo e no Brasil, depois do câncer de pele não melanoma. O tumor responde, atualmente, por cerca de 28% dos casos novos de câncer em mulheres. Ele também acomete homens, porém é raro, representando menos de 1% do total de casos da doença. Relativamente raro antes dos 35 anos, acima desta idade sua incidência cresce progressivamente. Existem vários tipos, porém alguns evoluem de forma mais rápida.

A postura atenta da mulher em relação à saúde das mamas significa conhecer o corpo e quais alterações são consideradas suspeitas. Por isso, é fundamental para a detecção precoce dessa doença que o autoexame – exame de toque das mamas – que deve ser feito todos os meses, sempre, no quinto dia após a menstruação.

SINAIS DE ALERTA:

1. Alteração na assimetria
2. Desvio ou inversão do mamilo
3. Alteração na cor do mamilo
4. Vermelhidão na mama ou no mamilo
5. Secreção transparente, rosada ou vermelhidão

8 FATORES DE RISCO DO CÂNCER DE MAMA

1. Mama densa
2. Não ter filhos
3. Obesidade ou excesso de peso corporal
4. Ter engravidado acima dos 30 anos
5. Falta de atividade física
6. Não ter amamentado
7. Histórico de câncer de mama na família
8. Uso de hormônios em excesso (anticoncepcional) ou terapia longa de reposição hormonal

Fonte: <https://saude.gov.br/saude-de-a-z/cancer-de-mama> - <https://www.saude.ce.gov.br/2019/10/07/outubro-rosa-reforca-prevencao-e-diagnostico-precoce-do-cancer-de-mama/>



Conheça nossa Central de Agendamentos

Beneficiário da Unimed Costa Oeste, caso encontre alguma dificuldade no agendamento de qualquer procedimento, consulta ou para atendimento de urgência e emergência, ligue para:

(45) 3277-8002

(dias úteis, das 7h30 às 18h)

ou

0800 041 4554

(todos os dias, 24 horas)

Ao entrar em contato com algum de nossos canais de atendimento tenha em mãos o Cartão Unimed.

Débito Automático

na agência de sua preferência.

**BANCO DO
BRASIL**

**BANCO
ITAÚ**

SICREDI

**UNIPRIME
PIONEIRA
DO PARANÁ**

**CAIXA
ECONÔMICA
FEDERAL**

Bancos já convênidos

SICOOB

Agência: 4351-1

Novo!

CUIDAR DE VOCÊ. ESSE É O PLANO.



ANS - nº 371106