

Olhe, sinta e
perceba o que é
normal em suas
mamas. Em caso
de alterações
persistentes,
procure um Posto
de Saúde.

**A saúde é um direito
da população e
dever do Estado.**

Para informações
sobre os serviços de
saúde de sua cidade,
procure a Secretaria
Municipal de Saúde.

DISQUE
SAÚDE **136**

www.gov.br/inca

Apoio:



Realização:



MINISTÉRIO DA
SAÚDE



NÃO JOGUE ESTE IMPRESSO EM VIA PÚBLICA.

Serviço de Comunicação Social - INCA / 2023



**Câncer
de mama:
vamos falar
sobre isso?**



O que é **câncer de mama**?

É um tumor resultante da multiplicação de células anormais da mama. Há vários tipos de câncer de mama. Alguns evoluem rapidamente; outros não. A maioria dos casos tem boa resposta ao tratamento, principalmente quando diagnosticado no início.

O que **causa** o câncer de mama?

Não há uma causa única. Fatores hormonais, ambientais, comportamentais e genéticos aumentam o risco de desenvolver a doença. O risco aumenta com a idade, sendo maior a partir dos 50 anos.

Quais são os **sinais e sintomas**?

- caroço (nódulo) fixo, endurecido e geralmente indolor. É a principal manifestação da doença.

- alterações no bico do peito (mamilo).

- saída espontânea de líquido de um dos mamilos.

- pequenos nódulos no pescoço ou na região embaixo dos braços (axilas).

- pele da mama vermelha ou parecida com casca de laranja.

i Essas alterações precisam ser investigadas o quanto antes, mas podem não ser câncer de mama.

O que é **mamografia**?

É a radiografia das mamas feita por aparelho de Raios-X (mamógrafo). A mamografia levanta uma suspeita, porém, o câncer de mama é confirmado, ou não, pela análise laboratorial de uma pequena parte da lesão retirada por meio de biópsia.

Quem deve fazer mamografia periodicamente?

Recomenda-se que mulheres de 50 a 69 anos tenham acesso à mamografia de rotina – chamada de rastreamento – a cada dois anos.

E as mulheres **antes dos 50 anos**?

Antes da menopausa, as mamas são mais densas (consistentes) e a mamografia de rastreamento não é indicada, pois gera muitos resultados incorretos.

Fazer mamografia de rotina contribui para reduzir a mortalidade por câncer de mama, mas também pode trazer riscos. A mamografia pode identificar um câncer que não ameaçaria a vida da mulher e que poderá ser tratado desnecessariamente. Saiba mais sobre os benefícios e os riscos do rastreamento com mamografia:



Acesse:
www.gov.br/inca/mama

Como as mulheres podem **realizar os exames**?

Elas devem procurar o posto de saúde mais perto de casa para serem orientadas e encaminhadas.

E qual é a **orientação** para as mulheres com história familiar de câncer de mama?

Mulheres que tenham mãe, irmã ou filha com história de câncer de mama antes dos 50 anos ou de câncer de ovário (em qualquer idade) devem conversar com o médico para avaliar seu risco e decidir a conduta a seguir.

i O câncer de mama hereditário, relacionado à alteração genética transmitida na família, representa apenas de 5 a 10% do total de casos.

É possível **reduzir o risco** de desenvolver câncer de mama?

Sim. Manter o peso corporal adequado, praticar atividade física e evitar o consumo de bebidas alcoólicas são atitudes que ajudam a reduzir o risco de ter a doença. Amamentar também é um fator de proteção.