



UNIVERSIDADE FEDERAL DE PELOTAS
GRUPO DE ESTUDOS SOBRE USO E ACESSO A MEDICAMENTOS
DICAS DE SAÚDE

Outubro Rosa: a importância de prevenir e diagnosticar o câncer de mama

O câncer de mama é o segundo tipo de câncer que mais acomete mulheres no Brasil e, de acordo com o Ministério da Saúde, corresponde a cerca de 28% de novos casos de câncer em mulheres a cada ano.

Não há uma causa única para esta doença, pois diversos fatores ambientais, comportamentais, genéticos e hormonais estão relacionados ao desenvolvimento deste tipo de câncer.

Algumas alterações mamárias como o aparecimento de nódulo, geralmente endurecido, fixo e indolor; pele da mama avermelhada, retraída ou semelhante à textura de casca de laranja; saída espontânea de líquido de um dos mamilos; existência de pequenos nódulos no pescoço ou nas axilas compreendem sinais de alerta para o desenvolvimento de câncer de mama.

Quando diagnosticado precocemente, e realizado tratamento, é possível aumentar as chances de cura em mais de 90% dos casos. Por isso, é essencial estar alerta aos primeiros sinais da doença. Ao identificar qualquer suspeita, deve-se procurar um serviço de saúde.

Além disso, dados do INCA revelam que cerca de 30% dos casos de câncer de mama podem ser evitados com a adoção de hábitos saudáveis como praticar atividades físicas, alimentação saudável, controlar o peso corporal, evitar a ingestão de bebidas alcoólicas e não utilizar terapias de reposição hormonal sem indicação médica.

Com isso, é imprescindível manter uma vida saudável e ficar alerta a qualquer alteração nas mamas. Além da prática do autoexame, é importante consultar um médico regularmente para a realização de exames de rastreamento e detecção precoce da doença.

O **mês de outubro** é marcado pelo movimento internacional de conscientização sobre a prevenção e o diagnóstico precoce do câncer de mama.

Participe desta campanha!

Para saber mais:

1. [Hospital Sírio-Libanês](#)
2. [Instituto Nacional de Câncer](#)
3. [Ministério da Saúde](#)
4. [Sociedade Brasileira de Mastologia](#)



Material preparado por Ísis Feldens, aluna do Curso de Medicina da UFPel
Revisado e divulgado por GEUAM, Farmácia-UFPel (<https://wp.ufpel.edu.br/geuam/>)
Quer participar das ações do projeto? Escreva para: geuam.ufpel@gmail.com