

MÊS DE CONSCIENTIZAÇÃO
SOBRE O CÂNCER DE MAMA

OUTUBRO ROSA



**BOLDER
MEDICAL**



boldermedical.com.br



(19) 99938-1842



A campanha Outubro Rosa busca alertar a população sobre a relevância da prevenção e da detecção precoce do câncer de mama.

Em 2023 foram estimados mais de 70 mil novos casos de câncer de mama no Brasil, sendo o câncer mais comum entre as mulheres, de acordo com dados do INCA (Instituto Nacional de Câncer).

O câncer de mama não afeta apenas mulheres. Embora seja raro, homens também podem desenvolver a doença. Estima-se que 1% dos casos ocorram em homens.





Diagnóstico e Prevenção

O diagnóstico precoce é essencial para aumentar as chances de tratamento eficaz. Para investigação, além do exame clínico, podem ser realizados outros exames, como a mamografia, o ultrassom das mamas, que é usado principalmente nos casos de mamas mais densas, e a biópsia que pode ser solicitada no caso de suspeita de tumor.

A Sociedade Brasileira de Mastologia recomenda que mulheres a partir dos 40 anos façam mamografias anualmente, embora o rastreamento possa começar antes, em mulheres com fatores de risco.

Além da realização regular de exames, adotar hábitos saudáveis é muito importante para a prevenção. Entre as recomendações para reduzir os riscos de câncer de mama estão:

- Manter uma dieta equilibrada
- Praticar atividades físicas regularmente
- Evitar o consumo excessivo de álcool
- Controlar o peso
- Ficar atenta a alterações nas mamas





Atenção: nem todo nódulo é câncer. No entanto, caso identificado algum tipo de nódulo ou alteração na mama, é essencial consultar um médico para avaliação correta.

Sinais de Alerta

É fundamental estar atenta aos sinais que podem indicar a presença de um problema nas mamas. Entre os sinais mais comuns estão:

- Nódulos ou caroços na mama ou na axila, geralmente indolores
- Alterações na forma ou no tamanho da mama
- Mudanças na textura da pele da mama (como retração ou enrugamento)
- Secreção anormal pelos mamilos, especialmente se for sanguinolenta
- Vermelhidão ou descamação na pele da mama ou do mamilo

Se você notar qualquer uma dessas alterações, é essencial procurar um médico.

Além disso, existem alguns fatores que podem aumentar o risco de desenvolver a doença, tais como: idade acima de 50 anos, histórico familiar, fatores genéticos, realizar reposição hormonal por mais de 5 anos, não ter filhos e ter a primeira gravidez após os 30 anos.

Cuide-se hoje para se prevenir amanhã. O diagnóstico precoce pode salvar vidas!





Dra. Marcela L. F. Candido
Diretora Técnica Médica
CRM-SP 176.449 | RQE 105663

É possível agendar uma reunião para falar com um especialista

Canais de comunicação da Bolder Medical:



Siga nossos perfis nas redes sociais e acompanhe o nosso blog



 <https://boldermedical.com.br/blog>