



No Brasil, o câncer de mama é a primeira causa de morte entre as mulheres, isso porque, infelizmente, os diagnósticos são feitos quando a doença já está em estágio avançado.

Quanto mais precoce o diagnóstico, maior a possibilidade de cura.

A conscientização sobre a importância e o autoexame são medidas que ajudam a diminuir essa taxa de mortalidade.

O diagnóstico precoce é a melhor arma para combater o câncer de mama!

Na grande maioria dos casos o câncer de mama acomete as mulheres, mas existe uma pequena chance de acontecer nos homens (aproximadamente 1% dos casos).

FALE CONOSCO



lafarc.ufsj@gmail.com



<https://www.facebook.com/Lafarcufsj/>



[elafarc_ufsj](https://www.instagram.com/elafarc_ufsj)



<https://www.ufsj.edu.br/lafarc/>



Fonte: Sociedade Brasileira de
Cancerologia

Seja sua própria heroína



O autoexame pode salvar sua vida

**OUTUBRO ROSA - MÊS
DE PREVENÇÃO DO
CÂNCER DE MAMA**

Sinais e Sintomas



Aparecimento de um nódulo ou endurecimento nos seios ou axilas, que não desaparece e não muda de aspecto quando apalpado. Alguns desses nódulos poderão ser benignos e só o médico poderá identificá-los.

Outros sintomas característicos são: inchaço, ruga, covinha, escavação, eritema, ulceração da pele e sangramento pelo mamilo, desvio do mamilo, alteração da aréola.

Embora no início não apresentem dor, qualquer dor mamaria, fora do período pré-menstrual, deve ser relatada ao médico.



Como realizar o autoexame:

Use a ponta dos dedos para sentir nódulos ou endurecimentos. Observe a forma, densidade e possíveis abaulamentos. Faça os movimentos sempre no mesmo sentido. Certifique-se de que examinou toda a mama.



Fique atenta aos atores de risco:



- 1**-Idade - as mulheres após os 50 anos são mais suscetíveis a desenvolver a doença;
- 2**-Primeira menstruação antes dos 12 anos de idade e menopausa após 55 anos;
- 3**-Primeira gravidez após os 30 anos ou não ter tido filhos;
- 4**-Fumo; Consumo de álcool; Sobrepeso ou obesidade; Exposição frequente a raios-X;
- 5**-Histórico familiar de câncer de mama e/ou ovário em parentes de primeiro;
- 6**-Uso de terapia de reposição hormonal pós-menopausa, principalmente se por tempo prolongado.

