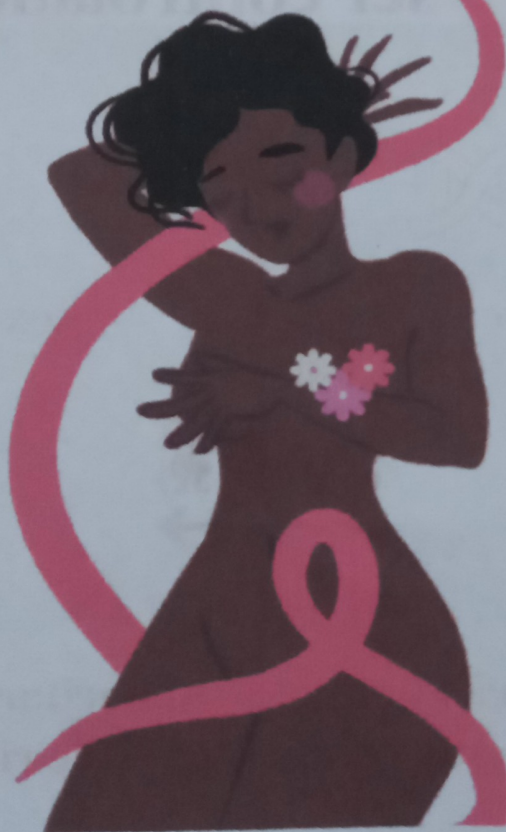


CÂNCER DE MAMA

O primeiro passo para a
prevenção é o conhecimento!



Fatores de Risco

• Fatores que **PODEM** ser controlados:



sedentarismo



obesidade



consumo de álcool



tabagismo

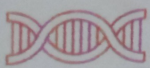


alimentação



anticoncepcional e reposição hormonal

• Fatores que **NÃO PODEM** ser controlados:



genética



sexo feminino



idade

Sintomas

É importante conhecer alguns dos possíveis sintomas relacionados a doença e estar ciente se possíveis alterações surgirem.



- Nódulo duro e fixo ou com aumento de tamanho;
- Liberação de secreção pelos mamilos fora do período de amamentação.
- Lesões na pele ;
- Aumento de linfonodos (gânglios) nas axilas;
- Aumento progressivo do tamanho da mama;
- Pele com aspecto de casca de laranja;
- Retração na pele da mama;

Deteção Precoce

- ➔ Faça regularmente o autoexame das mamas.
- ➔ Realize mamografias a cada dois anos após os 50 anos de idade.
- ➔ Quando diagnosticado no início, apresenta cerca de 90% de chance de cura.



1 Observar com os braços cruzados



2 Observar com os braços levantados



3 Observar com as mãos na cintura



4 Posição para fazer o autoexame



5 Movimentos de como fazer o autoexame

Deve ser feito 7 dias depois do início da menstruação. No caso das mulheres que estão na menopausa, o ideal é escolher uma dia fixa todos os meses.

... para realizar sua avaliação

APRESENTAÇÃO

Os alunos da turma 114 de Medicina da Universidade Federal do Maranhão, mais especificamente do Grupo II do Eixo Integrador, orientados pela Prof. Dra. Maria do Carmo Lacerda Barbosa, notou a importância em expor as informações sobre o Câncer de Mama.

SUMÁRIO

- Fatores de Risco
- Prevenção
- Sintomas
- Detecção precoce

REFERÊNCIAS

MIGOWSKI, A. et al. Diretrizes para detecção precoce do câncer de mama no Brasil. II – Novas recomendações nacionais, principais evidências e controvérsias. Cadernos de Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 34, n. 6, p. e00074817, 2018.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Health topics. Breast cancer: prevention and control. Geneva: WHO, 2020.

MIGOWSKI, A. et al. Diretrizes para detecção precoce do câncer de mama no Brasil. III – Desafios à implementação. Cadernos de Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 34, n.6, p. e00046317, 2018