

SAIBA TUDO SOBRE O  
CÂNCER DE  
MAMA

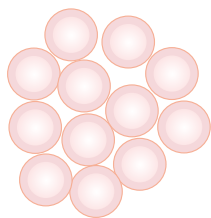


Sociedade Brasileira de Mastologia

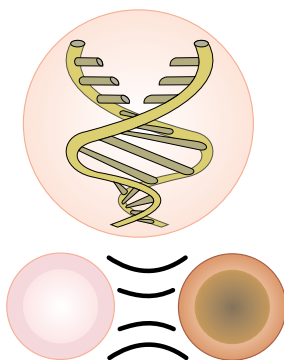
# 1 O que é o câncer de mama?

É um tumor maligno formado pela multiplicação desordenada de células. As células são pequenas estruturas que estão presentes em todo o corpo humano.

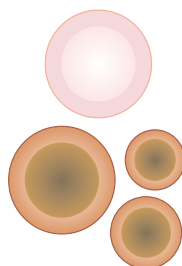
1. Células normais



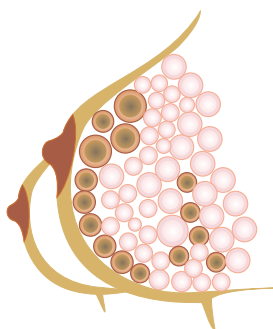
2. Divisão celular



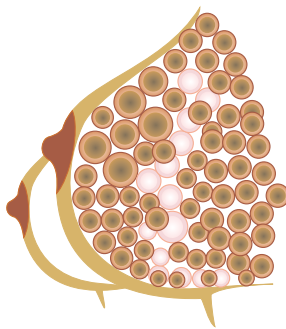
3. Célula mutada



4. Reprodução celular

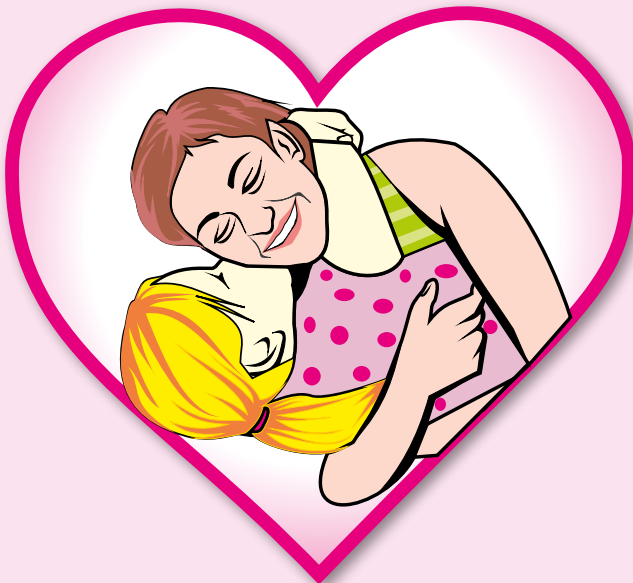


5. Câncer



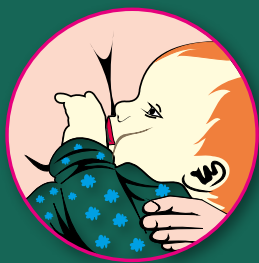
## 2 Quem tem maior risco de desenvolver um câncer de mama?

As mulheres têm pelo menos 100 vezes mais chance de desenvolver um câncer de mama que os homens, principalmente após os 40 anos. Essa chance aumenta quando na família da mulher algum parente próximo já teve câncer de mama, como a mãe, o pai, a filha ou a irmã. Também mulheres que tiveram o primeiro filho após os 35 anos, bem como aquelas que começaram a menstruar antes dos 12 anos e pararam após os 50 têm um risco maior para o desenvolvimento da doença. Estão mais propensas a desenvolver, ainda, as mulheres obesas, aquelas que ingerem bebida alcoólica e que não fazem atividade física.



# 3 Como posso diminuir minha chance de ter câncer de mama?

Amamentar, ter uma alimentação saudável com pouca gordura, sorrir mais e não abusar de bebidas alcoólicas são algumas atitudes que podem ajudar na prevenção do câncer de mama.

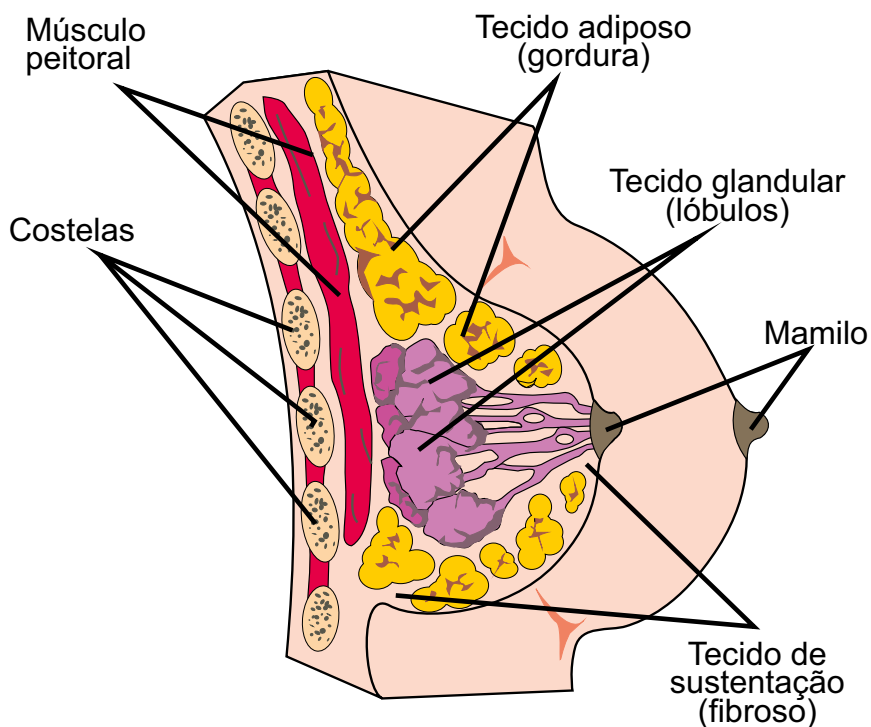


# 4 A prática de atividades físicas também colabora para a prevenção do câncer de mama.



# 5 Como é formada a mama?

É formada por tecido glandular no qual o leite é produzido e por gordura. Por isso, quando tocamos a mama percebemos alguns locais macios, com mais gordura, e outros mais firmes, onde o tecido que produz o leite está presente.

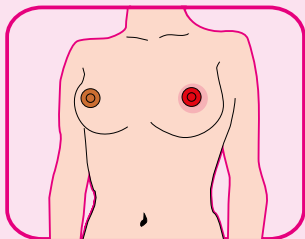


## 6 E você? Conhece a sua mama?

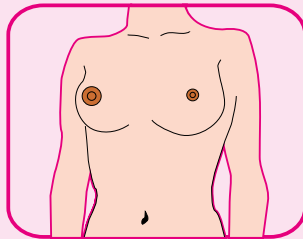
É importante olhar e apalpar as mamas em frente ao espelho uma vez por mês, uma semana após a menstruação. Aquelas que não menstruam devem escolher um dia no mês.



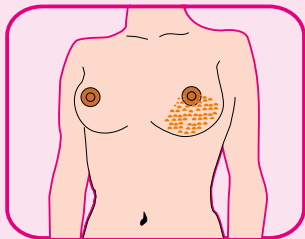
# 7 O que deve chamar a sua atenção e levá-la a procurar ajuda?



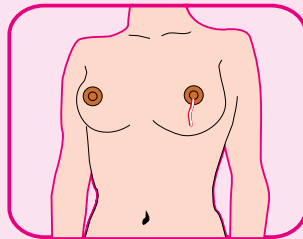
vermelhidão e  
pele endurecida



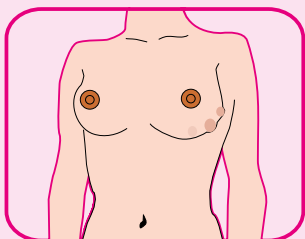
áreas estufadas  
(abaulamento) e  
covinha (retração)



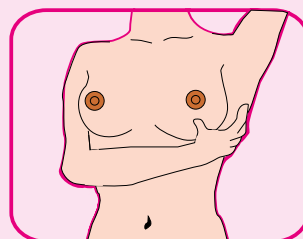
feridas que não cicatrizam e  
coceiras que não melhoram



saída de líquido do bico do peito  
(sem apertar) de cor vermelha  
ou transparente como a água



caroço ou local endurecido



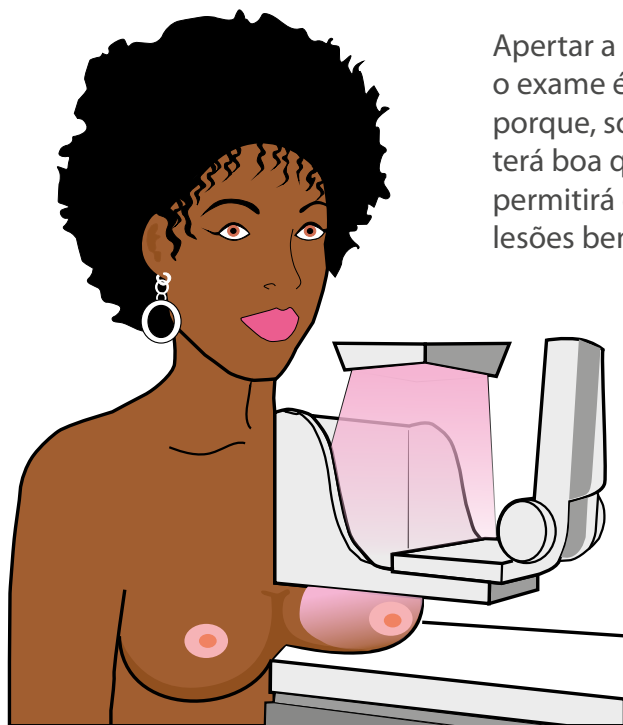
caroço

Mesmo que não encontre nenhuma dessas alterações é  
**MUITO IMPORTANTE FAZER A MAMOGRAFIA RESPEITANDO  
A INDICAÇÃO DE ACORDO COM A FAIXA ETÁRIA.**



## 8 Como é feito o exame de mamografia?

A mamografia é um raio-X da mama feita em um aparelho chamado mamógrafo. Esse exame é muito importante porque consegue identificar o câncer de mama bem no início, no momento em que existe uma grande chance de cura. Já a ecografia é um importante exame que complementa a mamografia.



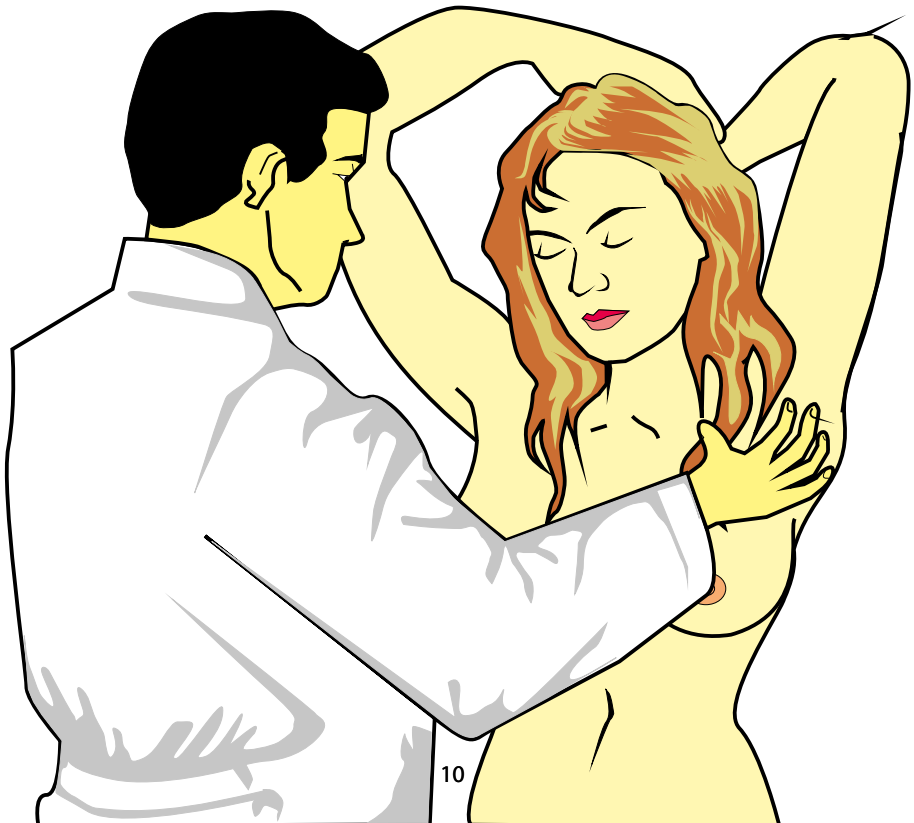
Apertar a mama durante o exame é fundamental porque, somente assim, terá boa qualidade e permitirá enxergar as lesões bem no início.

**A MAMOGRAFIA** é um exame rápido e que pode ser desconfortável, porém desconforto rápido **PODE SALVAR SUA VIDA.**

## 9 Com que idade a mulher deve começar a fazer mamografia?

A mamografia deve ser realizada uma vez por ano a partir dos 40 anos.

A mulher com casos de câncer de mama e/ou ovário na família (mãe, irmã ou filha) deverá começar fazer a mamografia mais cedo, conforme orientação do seu mastologista.



# 10 Quem é o Mastologista?

O mastologista é o profissional especialista que cuida da saúde mamária, responsável pela prevenção, investigação, tratamento e reparação das mais diversas anormalidades que acometem as mamas.



# 1 1 Não deixe que o MEDO te IMPEÇA de procurar AJUDA.

Cuidar de você é tão importante quanto cuidar de sua família. Caso encontre algo diferente em suas mamas, não se desespere, não fique parada. O medo não pode impedi-la de procurar ajuda.

**Procure seu médico!**



# 12 O que dizem os Mitos e as Crenças sobre a doença CÂNCER?

MITO	VERDADE
Que quem procura sempre acha...	É importante cuidar do seu corpo!
Que se mexer piora...	Tratar o câncer de mama é a chance que se tem de curá-lo!
Que quem descobre morre mais rápido. Desta forma é melhor nem saber...	Quanto mais cedo a doença é descoberta, o tratamento é mais rápido e maior a chance de cura!
Que todo mundo que tem câncer morre...	Como muitas outras doenças, a chance que se tem de não morrer por câncer de mama é descobrindo-o no início!
Que é uma doença apenas de pessoas tristes...	Qualquer pessoa pode ter câncer de mama, independente de estar ou não vivendo um momento de tristeza!
Que somente as pessoas mais velhas podem desenvolver câncer...	Câncer de mama pode acontecer em pessoas jovens ou idosas. Porém, ao envelhecer, aumenta o risco de contrair a doença!
Que câncer é uma doença contagiosa...	O câncer não é uma doença contagiosa!

# Legalmente amparadas

É preciso destacar que o Brasil avançou em relação às garantias para as mulheres com câncer de mama. Dessa forma, através de leis já sancionadas pelo Governo Federal, os direitos das mulheres em alguns pontos já são uma realidade e é preciso que cada brasileira tenha conhecimento disso, cobrando as autoridades e fazendo valer essas conquistas.

A Sociedade Brasileira de Mastologia, além de outras entidades de classe voltadas para esse tema, se empenha continuamente na busca de ampliar os direitos das mulheres. Para isso, mantém uma agenda ativa junto ao Congresso Nacional visando a reforçar a necessidade de uma legislação cada vez mais voltada para a proteção e prevenção. É verdade que, em alguns casos, essas leis ainda não são cumpridas como deveriam, porém não se pode desanimar. Reconhece-se que há uma evolução e o papel das mulheres é fundamental para progredir ainda mais.

## Principais Leis em vigor:

**1. Acesso à Mamografia a partir dos 40 anos** – a Lei 11.664/08 garantia a toda mulher a partir dos 40 anos a realização anual do exame. No entanto, uma portaria, através do Ministério da Saúde, modificou a idade do acesso à mamografia de 40 para 50 anos em diante, além de limitar o exame para a mamografia unilateral, ou seja, somente em uma das mamas. Essa portaria alterou a lei de 2009 que dava direito a todas as mulheres e causou um mal estar generalizado. Diante disso, através de um projeto de Decreto de Lei, já aprovado em março de 2015, as entidades do setor, inclusive a SBM, conseguiram o apoio de deputados para voltar ao termo original da lei. O projeto, que agora está no Senado, ao ser sancionado, torna o acesso ao exame possível de novo a partir dos 40 anos de idade.

**2. Lei dos 60 dias** – Sancionada há três anos, a lei nº 12.732/12 é ampla e contempla todo o paciente diagnosticado com câncer. No caso do câncer de mama, assim como os outros, a lei prevê que todo paciente diagnosticado com a doença inicie o tratamento no prazo máximo de 60 dias após o diagnóstico. Essa medida é determinante para a saúde do paciente. No caso do câncer de mama, se diagnosticado precocemente e com o início do tratamento em tempo adequado, as chances de cura podem chegar a 95%.



**3. Reconstrução Imediata** – A Lei 12.802, sancionada em 2013, garante as mulheres que se submetem à mastectomia (retirada de uma ou das duas mamas) o direito de ter suas mamas reconstruídas no mesmo ato cirúrgico. A exceção são aquelas cujo o quadro clínico não oferece condições para isso, ou seja, caso o estado da paciente ofereça riscos à sua saúde, a reconstrução não será feita imediatamente. Caso contrário, a reconstrução mamária imediata é um direito de cada mulher e precisa ser respeitada.

Levantamento feito em ações comunitárias pela Sociedade Brasileira de Mastologia no Rio de Janeiro revelou que quase

**50%**

das mulheres que conhecem a Mastologia **nunca realizaram a mamografia**

(foram entrevistadas mais de 2100 mulheres)

Infelizmente, apenas

**10%**

das mulheres mastectomizadas conseguem a **reconstrução da mama**

Ao invés de iniciar o tratamento no prazo máximo de

**60 dias**

boa parcela das pacientes diagnosticadas tem aguardado mais de 6 meses para iniciar o tratamento



Sociedade Brasileira de Mastologia

Praça Floriano, 55/801, Centro  
Rio de Janeiro, RJ - CEP: 20031050  
(21) 2262-7306 (21) 2220-7711

**[facebook.com/sbmastologianacional](https://www.facebook.com/sbmastologianacional)**