



CÂNCER DE MAMA

CAUSAS, SINTOMAS E AUTOEXAME

Esse material foi elaborado pela
**Associação de Portadores de
Câncer de Mama**

Material disponibilizado gratuitamente.
É permitida a reprodução parcial ou total
desta obra, desde que citada a fonte.

Também pode ser acessada na íntegra
pelo site **www.apcam.org.br**

Elaboração e Informações:

Associação de Portadores de
Câncer de Mama

Av. 1ª Avenida, Q.68 - Ar 1

Setor Leste Universitário, Goiânia-GO

CEP: 74605-020

contato@apcam.org.br

Design e Produção

Conexão Soluções Corporativas

www.conexaopro.com.br

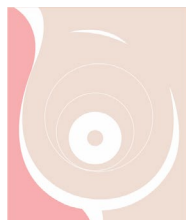
Direção Geral

Dr. Ruffo de Freitas Junior

Dra. Rosemar Macedo de Sousa Rahal

2019. Todos os direitos reservados.





APCAM

ASSOCIAÇÃO DOS PORTADORES
DE CÂNCER DE MAMA

A Associação dos Portadores de Câncer de Mama - APCAM é uma entidade filantrópica, sem fins lucrativos. Tem como objetivo geral prestar assistência ao paciente em tratamento do câncer de mama e seus familiares, além de realizar pesquisas sobre a temática câncer de mama, desde seus aspectos epidemiológicos à reabilitação.

Procura possibilitar a formação de grupos de convivência entre pacientes e familiares para integração e troca de experiências; envolver pacientes e familiares nas diversas fases do tratamento; incentivar a participação em movimentos sociais, munindo-os de informações sobre seus direitos e deveres enquanto cidadãos; entre muitos outros meios que auxiliam durante o tratamento.

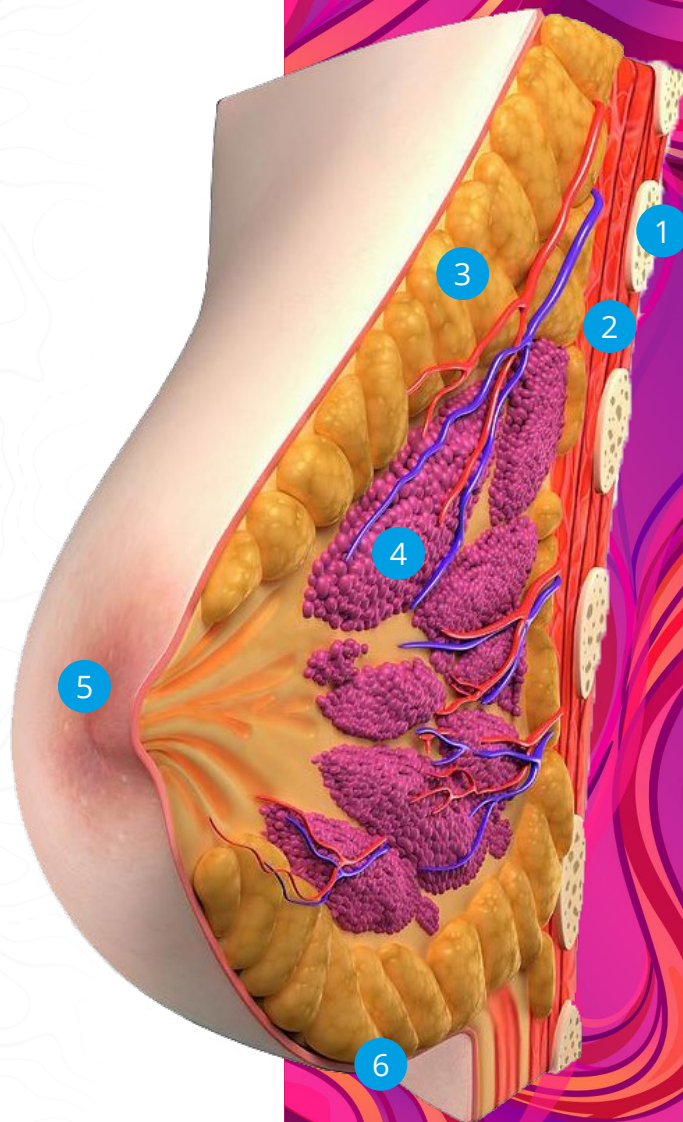
Uma das prioridades da equipe é propiciar para as pacientes com indicação de cirurgia de retirada total das mamas, a reconstrução mamária imediata, minimizando seu sofrimento e a perda da sua identidade feminina.

Desta forma, esperamos que os nossos esforços para oferecer aos pacientes que buscam no serviço público de saúde, uma solução para suas aflições, no que se refere ao câncer de mama, sejam alcançados.

Conheça a mama

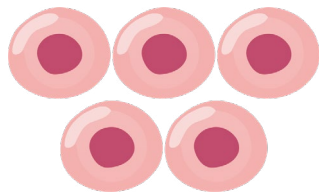
Formada por tecido glandular e tecido adiposo. Por esse motivo quando tocamos a mama, percebemos diferentes texturas, alguns locais macios onde está concentrado a parte de gordura (tecido adiposo) e outros locais mais firmes onde se forma o tecido glandular, que produz o leite.

1. Costelas
2. Músculo Peitoral
3. Tecido Adiposo (Gordura)
4. Tecido Glandular (Lóbulos)
5. Mamilo
6. Tecido de Sustentação (Fibroso)

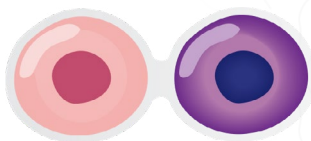


Como é formado o câncer de mama?

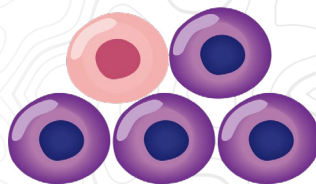
Todo corpo é formado por células, pequenas estruturas que juntas formam nosso corpo e se renovam todos os dias, se multiplicando em células novas para substituir as antigas que já não funcionam tão bem. O tumor maligno é formado pela multiplicação desordenada das células, que se acumulam e passam a matar as células saudáveis.



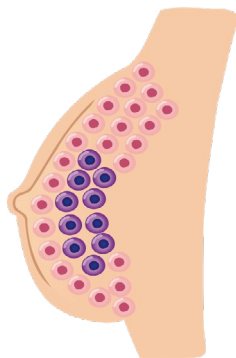
1. Células Normais



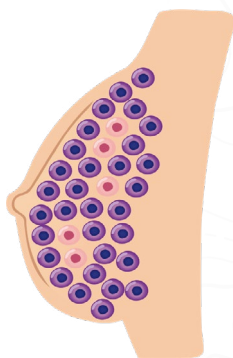
2. Divisão Celular



3. Célula Doente



4. Tecido Normal



5. Tumor Desenvolvido

Sintomas do câncer de mama

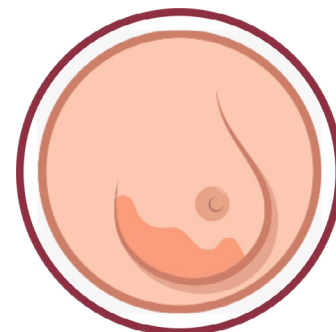
Além do caroço na mama, o tumor pode se manifestar de outras formas:



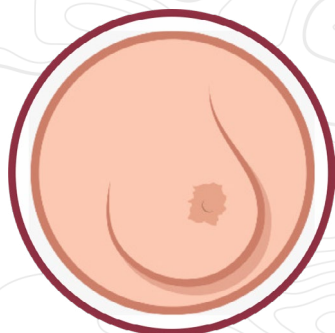
Nódulo



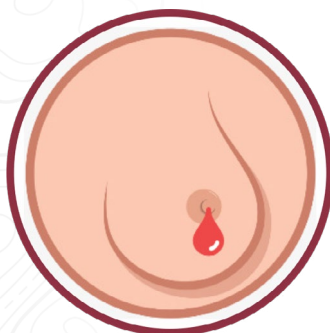
Retração da pele



Alteração da cor,
espessura ou textura
da pele de uma mama



Retração ou alteração
de posição ou forma
de um mamilo



Secreção ou perda de
líquido pelo mamilo

O que causa o câncer de mama?

As mulheres, sobretudo a partir dos 40 anos, têm maior risco de desenvolver câncer de mama. Alguns fatores não se pode mudar, mas outros só dependem de você. Aprenda:

RISCOS NATURAIS

IDADE ACIMA DE 40 ANOS

MENSTRUAR CEDO

MENOPAUSA TARDIA

HISTÓRICO FAMILIAR

NÃO ENGRAVIDAR

NÃO AMAMENTAR

HÁBITOS ARRISCADOS

OBESIDADE E SOBREPESO

SEDENTARISMO

ALIMENTAÇÃO IRREGULAR

MÁ QUALIDADE DE VIDA

NÃO CUIDAR DA SAÚDE

BEBIDA ALCOÓLICA



Quem é o médico Mastologista?

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

Mamografia, o que é?

A mamografia é um raio-X da mama feita em um aparelho chamado mamógrafo.

Esse exame é capaz de identificar um tumor não palpável **(menor do que 1cm)**.

Quanto menor o tumor maiores são as chances de cura e diminuição da mortalidade.

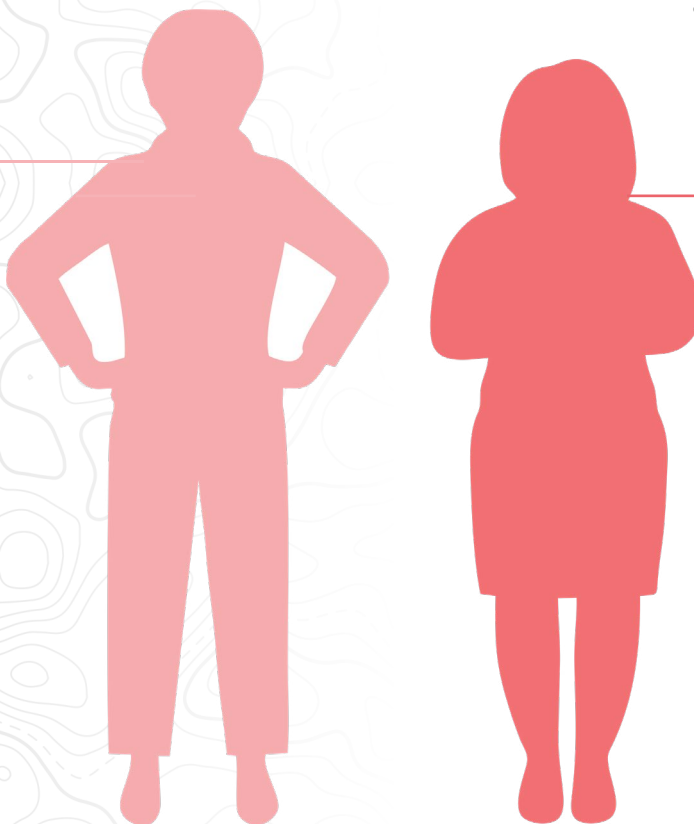


Apertar a mama durante o exame é fundamental, pois somente assim terá boa qualidade e permitirá enxergar as lesões bem no início. O desconforto é muito rápido e pode salvar vidas.

Quando fazer a mamografia?

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

A Sociedade Brasileira de Mastologia recomenda iniciar a mamografia a partir dos 40 anos, anualmente.



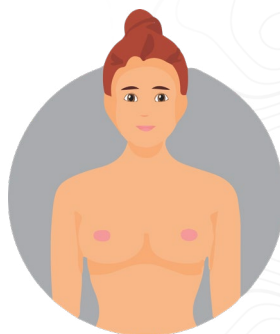
A importância do autoexame

O autoexame é indicado apenas como autoconhecimento, uma busca para conhecer o próprio corpo e manter a saúde mamária.

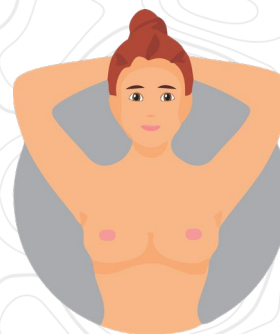
Deve ser feito 7 dias após a menstruação (para as que menstruam) ou escolher sempre o mesmo dia no mês (para as que não menstruam).



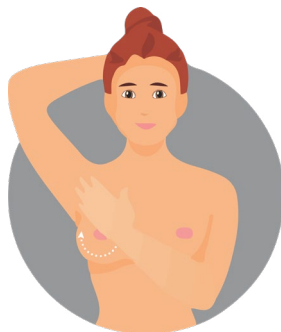
7 dias após a menstruação



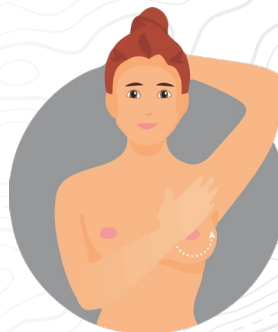
Posicione-se em frente ao espelho e observe seu corpo



Observe a mama e a axila com os braços levantados



Com as pontas dos dedos massageie a mama esquerda



Com as pontas dos dedos massageie a mama direita

Dúvidas frequentes



Desodorante antitranspirante pode causar câncer de mama?

O câncer tem sua origem em uma mutação do DNA celular herdada ou adquirida por fatores ambientais. Nenhum tipo de desodorante tem potencial de causar modificação nesse DNA, portanto não causa câncer.

Sutiã apertado pode causar câncer de mama?

O uso de sutiãs apertados ou com metal não causa câncer. Devem ser evitados nos casos de dores mamárias não relacionadas ao ciclo menstrual, pois podem causar pressão contínua sobre determinado ponto da parede torácica e desconforto.

Os anticoncepcionais orais aumentam o risco para câncer de mama?

Estudos recentes mostram que o risco de câncer de mama é maior para as usuárias de

anticoncepcionais em relação àquelas que nunca recorreram ao medicamento. Não há necessidade das mulheres interromperem o uso, mas é preciso discutir com o médico sobre esta decisão.

Próteses de silicone podem provocar câncer de mama ou dificultar o diagnóstico?

As próteses de silicone produzidas com a finalidade de uso médico não causam câncer de mama, podendo ser utilizadas com segurança tanto em pacientes que desejam cirurgia estética quanto naquelas com história ou presença de patologia mamária precoce.

Corrigindo pensamentos

O QUE DIZEM	A REALIDADE
Que quem procura sempre acha...	É importante se cuidar e conhecer seu corpo!
Que se mexer, piora...	Tratar do 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 for diagnosticada, o tratamento será 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!

O paciente com câncer tem direito à:

Diagnóstico, tratamento e remédios pelo SUS

Saque do FGTS

Saque do PIS/PASEP

Auxílio-doença

Aposentadoria por invalidez

Amparo assistencial ao idoso e ao deficiente

Tratamento fora de domicílio pelo SUS

Isenção de impostos de renda na aposentadoria

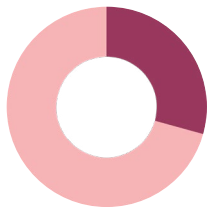
Quitação do financiamento da casa própria

Isenção do IPI na compra de veículo adaptado

Andamento jurídico prioritário

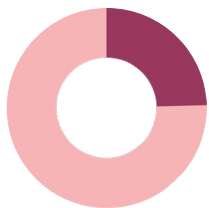
Um salário mínimo mensal ao portador de deficiência incapacitado ao trabalho e a uma vida independente

Os números indicam que



29,3%

Das mulheres conseguem a reconstrução imediata da mama.



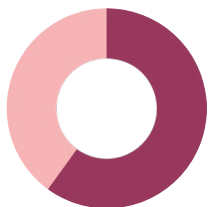
24,6%

É a cobertura de rastreamento mamográfico pelo SUS nas mulheres entre 50 e 69 anos, entre 2008 e 2016.

60

DIAS

É o prazo máximo para iniciar o tratamento.



60%

Dos diagnósticos são identificados em fase avançada.

A saúde da mulher garantida por lei

No Brasil existem leis sancionadas pelo Governo Federal que dão direitos às mulheres. É preciso que cada brasileira tenha conhecimento disso.



Acesso à mamografia a partir dos 40 anos

O Senado Federal derrubou a portaria que impedia a garantia da Lei nº11.664/08, que determina que toda mulher entre 40 e 49 anos também tenha acesso ao exame de mamografia para o rastreamento de câncer pelo Sistema Único de Saúde (SUS). Desta forma, essa faixa etária passa a ter esse direito garantido.



Lei dos 60 dias

A Lei nº1 2.732/12 prevê que todo paciente diagnosticado com câncer 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%.



Reconstrução mamária imediata

A Lei nº1 2.802, sancionada em 24/04/2013, garante às mulheres que se submetem à mastectomia (retirada total da mama) o direito de ter suas mamas reconstruídas no mesmo ato cirúrgico. A exceção são aquelas cujo quadro clínico não oferece condições para isso, ou seja, caso o estado da paciente ofereça riscos a sua saúde, a reconstrução não será feita imediatamente.

A saúde da mulher garantida por lei



Acesso à mamografia de mulheres com deficiência

A Lei nº 13.362/2016, sancionada pelo presidente Michel Temer, assegura a prevenção, diagnóstico e tratamento às mulheres deficientes, com câncer de mama e de colo de útero, no Sistema Único de Saúde (SUS). A maioria dos serviços de saúde não dispõe de estrutura física e equipamentos adequados para mulheres com deficiência, e também não conta com profissionais capacitados.



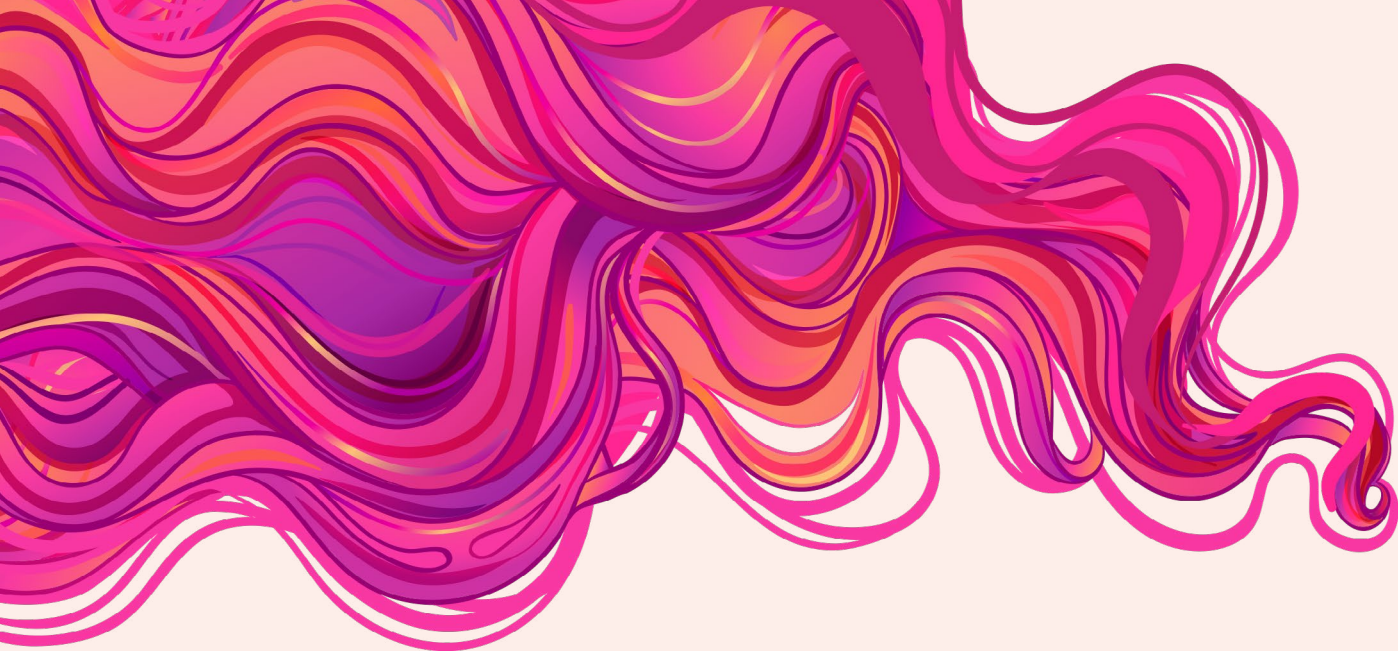
Tratamento para câncer de mama metastático

A Comissão de Defesa dos Direitos da Mulher, da Câmara dos Deputados aprovou o Projeto de Lei nº 3169/15 que obriga o Sistema Único de Saúde (SUS) a oferecer tratamento para o câncer de mama metastático, ou seja, aquele que se espalhou para além de seu foco inicial, para outros órgãos do corpo. Pela proposta, o medicamento fará parte da lista de suprimento obrigatório pelos gestores de unidades de tratamento oncológico do SUS.



Ultrassonografia mamária a partir dos 40 anos

Aprovado pelo Senado Federal de forma terminativa em 22/03/2017 pela Comissão de Assuntos Sociais (CAS), o Projeto de Lei nº 583/2015 propõe que mulheres entre 40 e 49 anos também poderão ter acesso à ultrassonografia mamária pelo Sistema Único de Saúde (SUS). Isso porque quando a mama é densa fica mais difícil detectar tumores por meio da mamografia.

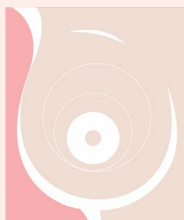


Vencendo barreiras,
superando desafios

Conheça nosso site e
siga a APCAM nas redes sociais.

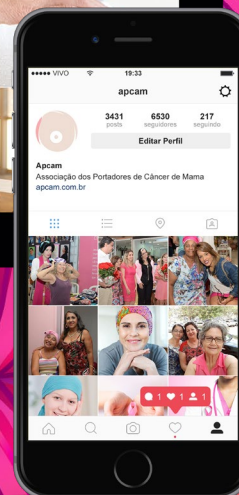
www.apcam.org.br

  @APCAM



APCAM

ASSOCIAÇÃO DOS PORTADORES
DE CÂNCER DE MAMA



Realização



APCAM

ASSOCIAÇÃO DOS PORTADORES
DE CÂNCER DE MAMA

62 3202-1331

Av. 1ª Avenida Q.68, Ar.1
Setor Universitário, Goiânia-GO
74.605-020