

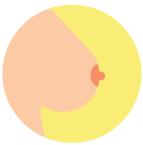
Outubro Rosa

A luta contra o câncer começa por informação e prevenção

OUTUBRO É O MÊS DE CONSCIENTIZAÇÃO DA LUTA CONTRA O CÂNCER DE MAMA E O CÂNCER DE COLO DO ÚTERO.

Criado na década de 1990 pela Fundação Susan G. Komen for the Cure, a campanha tem objetivo de disseminar informações que ajudam mulheres a se protegerem ou detectarem precocemente esses tipos de câncer.

Saiba mais:



- O câncer de mama é o segundo tipo de câncer que mais acomete as mulheres (28%), atrás apenas do câncer de pele não melanoma;
- Em terceiro lugar aparece o câncer de colo do útero, também chamado de cervical;



- O Instituto Nacional do Câncer (INCA) explica que o câncer de mama é provocado pela multiplicação desordenada das células da mama, que formam um tumor;
- Já no caso do câncer do colo do útero, o desenvolvimento se dá pela infecção persistente de alguns tipos do Papilomavírus Humano (HPV).



Para isso, é importante observar os sinais:

- Nódulo mamário endurecido, fixo e, geralmente, indolor;
- Endurecimento de parte da mama;
- Mudança na aparência da pele (casca de laranja);
- Vermelhidão ou mudança no formato do mamilo;
- Saída espontânea de líquido do mamilo;
- Nódulo no pescoço ou na axila.

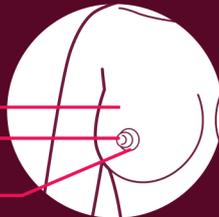
Por dentro do câncer de mama

Existem diferentes tipos de câncer de mama. Os principais deles são:

CARCINOMA DUCTAL:

Tem origem nos dutos mamários e é o encontrado em 80% dos casos;

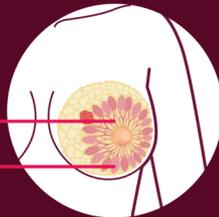
Mama
Mamilo
Aréola



CARCINOMA LOBULAR:

Tem origem nos lóbulos responsáveis pela produção do leite materno e corresponde a cerca de 5% a 10% dos casos.

Duto
Lóbulo



Independentemente de qual seja o tipo, o essencial é que a doença seja detectada na fase inicial, chamada de in situ (quando as células ainda estão localizadas).

Formas de prevenção e de tratamento

Manter um estilo de vida saudável é a principal forma de prevenção tanto do câncer de mama quanto do câncer de colo do útero. As medidas incluem:

- Não fumar;
- Praticar atividade física regularmente;
- Manter uma alimentação saudável e variada;
- Manter o peso corporal adequado;
- Evitar o consumo de bebidas alcoólicas;
- Evitar o uso de hormônios (pílulas anticoncepcionais);
- Manter as consultas e os exames preventivos em dia (autoexame, mamografia, papanicolau);
- Fazer uso de preservativo para evitar a contaminação por HPV*.

*No caso das meninas com idade entre 9 e 14 anos, o calendário vacinal prevê a imunização tetravalente contra HPV como forma de reforço à prevenção.



Se você tem histórico de doença na família, converse abertamente com seu médico para a adoção de uma conduta específica ao seu caso. CUIDE-SE!