



UNIVERSIDADE FEDERAL DE OURO PRETO
ESCOLA DE FARMÁCIA
ESPECIALIZAÇÃO EM CITOLOGIA CLÍNICA



Samantha D'Angelo Vieira Tonidandel

CARTILHA: VAMOS FALAR SOBRE O CÂNCER DE MAMA?

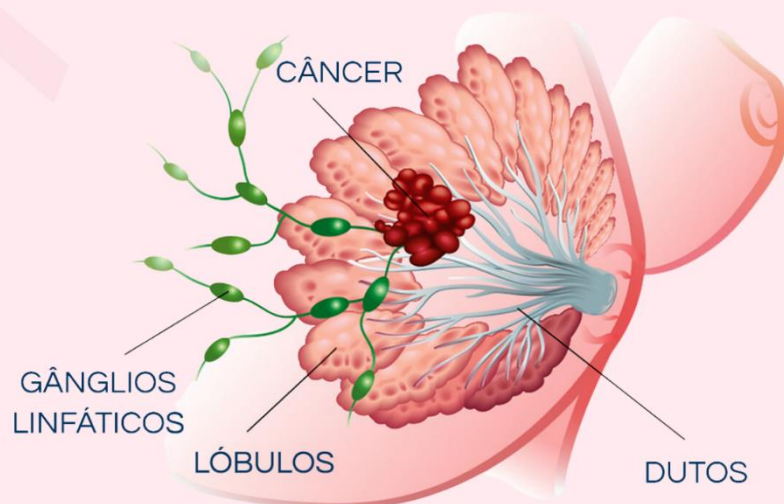
Ouro Preto
2024

**VAMOS FALAR
SOBRE O
CÂNCER DE
MAMA?**



O QUE É?

É uma doença em que as células dos seios começam a se multiplicar de forma descontrolada, formando um caroço ou tumor com potencial de invadir outros órgãos;



INCIDÊNCIA

Segundo dados do INCA (Instituto Nacional do Câncer), é o câncer mais comum em mulheres, perdendo apenas para o câncer de pele;

Apesar de pouco comum, 1% dos casos podem acontecer em homens;

PARA CADA ANO DO TRIÊNIO (2023-2025)



73.610 CASOS NOVOS

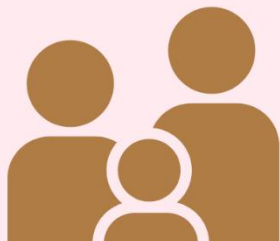


41,89 CASOS POR 100.000 MULHERES



ALGUNS FATORES DE RISCO

(COMPORTAMENTAIS/AMBIENTAIS)



HISTÓRICO FAMILIAR DE
CÂNCER DE MAMA



CONSUMO EXCESSIVO DE BEBIDA
ALCÓOLICA



OBESIDADE



IDADE AVANÇADA

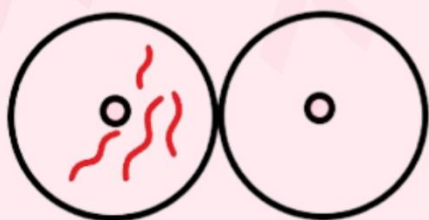


REPOSIÇÃO HORMONAL, USO DE
ANTICONCEPCIONAL

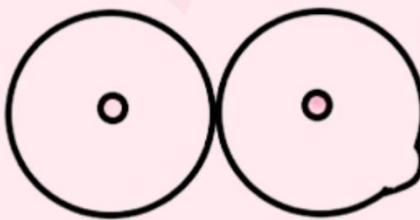


NÃO TER TIDO FILHOS

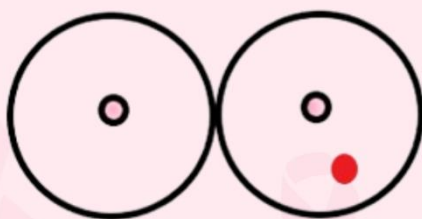
QUAIS OS SINTOMAS?



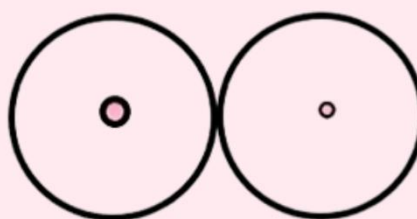
VEIAS CRESCENTES



INCHAÇO



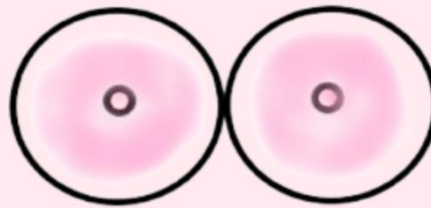
NÓDULO INTERNO PALPÁVEL
(MAMA OU AXILA)



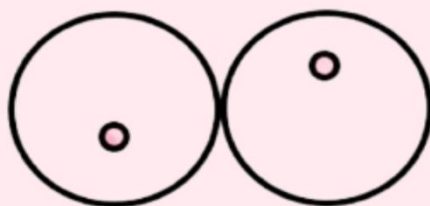
AFUNDAMENTO DO MAMILO



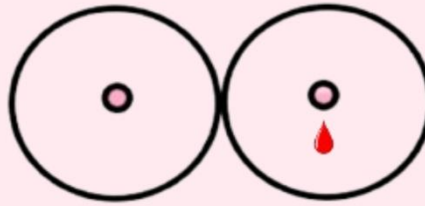
MUDANÇA NA TEXTURA DA PELE
(ASPECTO DE CASCA DE LARANJA)



VERMELHIDÃO, ARDOR, COCEIRA
NA PELE OU AO REDOR DO MAMILO



MAMAS ASSIMÉTRICAS



SAÍDA DE LÍQUIDO DESCONHECIDO
DO MAMILO

DETECÇÃO PRECOCE



Estudos afirmam que o câncer de mama, quando diagnosticado em fases iniciais, tem grandes chances de cura...

O que fazer?



Identificar possíveis lesões e realizar o rastreamento;

Como?



Através do exame clínico da mama, exames de imagem e exames confirmatórios.



DIAGNÓSTICO E RASTREAMENTO



EXAME CLÍNICO



- Na consulta de rotina, o médico apalpa a mama e verifica se existe algum nódulo palpável;

ULTRASSOM



- Caso o médico sinta o nódulo ele irá pedir um exame de imagem como o ultrassom. Nele é possível identificar a região e as características do nódulo;

DIAGNÓSTICO E RASTREAMENTO



MAMOGRAFIA



- É um raio-x das mamas feita por um equipamento chamado mamógrafo. Ele é capaz de identificar alterações na mama.
- **É recomendado que mulheres de 50 a 69 anos façam uma mamografia a cada dois anos.**

BIÓPSIA-core biopsy



- Se na mamografia ou ultrassom aparecer um nódulo suspeito o médico irá pedir a core biopsy, aonde se introduz uma agulha grossa na mama e retira um pedaço do tecido para análise no laboratório;

DIAGNÓSTICO E RASTREAMENTO



BIÓPSIA-PAAF



- Uma outra forma de se avaliar as células do nódulo é introduzindo uma agulha fina e retirando o conteúdo dele. Após isso o médico envia para o laboratório para análise;

DESCARGA PAPILAR



- É uma secreção anormal que sai da mama. Durante o procedimento, o médico pressiona o bico da mama e coloca o líquido em uma lâmina e também envia para análise no laboratório.



COMO POSSO EVITAR AS CHANCES DE TER CÂNCER DE MAMA E OUTRAS DOENÇAS?



DORMIR BEM



TER UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL



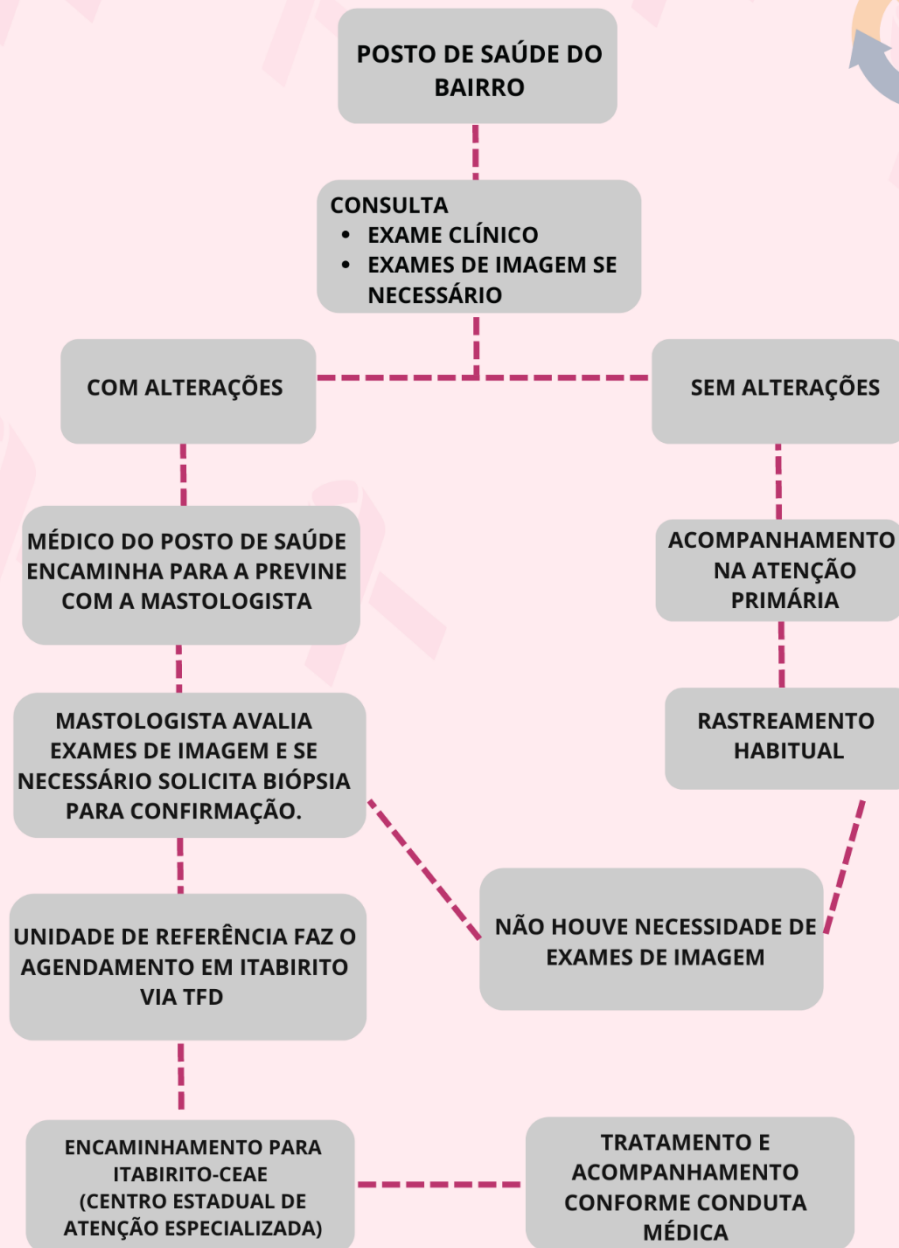
EVITAR O CIGARRO E BEBIDAS ALCÓOLICAS

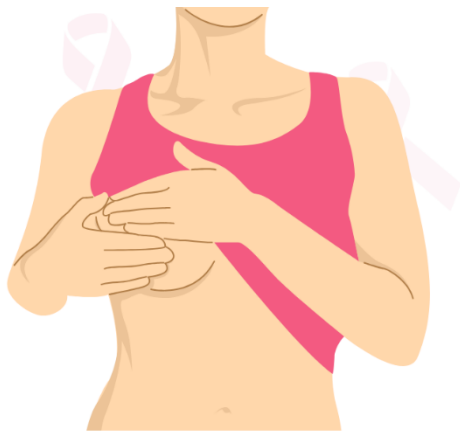


SE EXERCITAR

TENDO HÁBITOS SAUDÁVEIS !

FLUXO DE ATENDIMENTO NA CIDADE DE MARIANA-MG





O AUTOEXAME É UMA FORMA DE VOCÊ CONHECER MAIS O SEU CORPO E SUAS MAMAS, PODENDO IDENTIFICAR POSSÍVEIS ALTERAÇÕES, PORÉM ELE NÃO SUBSTITUI OS OUTROS EXAMES. A SEGUIR TEMOS UM PASSO A PASSO QUE PODE TE AJUDAR A REALIZAR ISSO, MAS SINTA-SE LIVRE PARA SE TOCAR DA MANEIRA QUE ACHAR MELHOR.

**VAMOS
APRENDER?**





1

De pé, em frente ao espelho observe o bico do seio e o contorno das mamas

2

Levante os braços, observe se o movimento altera o contorno e superfície das mamas

3

Deitada, com a mão direita, apalpe a mama esquerda. Faça movimentos circulares suaves, apertando levemente com a ponta dos dedos.

4

Deitada, com a mão esquerda, apalpe a mama direita. Faça movimentos circulares suaves, apertando levemente com a ponta dos dedos.

5

No banho, com a pele molhada ou ensaboada, eleve o braço direito e deslize os dedos da mão esquerda suavemente sobre a mama direita estendendo até a axila. Faça o mesmo na outra mama. Caso perceba algum nódulo palpável procure uma UBS.

Lembre-se:

O diagnóstico só é fechado após todos os exames comprobatórios serem feitos e depois analisados pelo médico especialista.

É importante realizar os exames de rotina conforme as recomendações de saúde, seguindo sempre a periodicidade.



DESCOBRI UM CÂNCER DE MAMA, E AGORA?

Calma, você não está sozinha!

E você sabia que a chance de cura é de mais de 90% quando ele é descoberto no início?

Então o que fazer?

Tenha uma conversa aberta com seu médico e procure saber de todas as etapas do seu tratamento;

Se apegue naqueles que te amam: sua família! Eles são o seu alicerce;

Crie hábitos saudáveis, pois eles te ajudarão no processo;

Ouçã músicas, leia livros, saia com os amigos e distraia sua cabeça, isso te fará bem;

Cuide do seu espírito e leve a vida com mais leveza!



CUIDE-SE!

O diagnóstico precoce pode salvar
sua vida!



REFERÊNCIAS

Instituto Nacional de Câncer José Alencar Gomes da Silva. (2023). Estatísticas do câncer de mama: incidência, mortalidade e sobrevida. Recuperado de https://www.inca.gov.br/sites/ufu.sti.inca.local/files/media/document/relatorio_dados-e-numeros-ca-mama-2023.pdf Acesso em: 15/04/2024

INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA (INCA). Diretrizes para a Detecção Precoce do Câncer de Mama no Brasil. Rio de Janeiro, RJ: INCA, 2015. Disponível em: https://www.inca.gov.br/sites/ufu.sti.inca.local/files//media/document//diretrizes_deteccao_precoce_cancer_mama_brasil.pdf. Acesso em: 15/04/2024

HÖFELMANN, Doroteia Aparecida; ANJOS, Juliana Cristine dos; AYALA, Arlene Laurenti. Sobrevida em dez anos e fatores prognósticos em mulheres com câncer de mama em Joinville, Santa Catarina, Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 19, n. 6, p. 1813-1824, 2014. DOI: 10.1590/1413-81232014196.03062013. Acesso em: 15/04/2024

FOLHA DE LONDRINA. A vitória contra o câncer de mama. 2020. Imagem. Disponível em: <https://www.folhadelondrina.com.br/transmidia/a-vitoria-contra-o-cancer-de-mama-2968681e.html>. Acesso em: 24 abr. 2024.

https://www.rmdiagnostico.com.br/2020/10/cancer_de_mama_estamos_juntas_nessa/

https://www.researchgate.net/figure/The-description-of-breast-cancer-28_fig1_354178989



Cartilha elaborada pela aluna Samantha D'Angelo Vieira Tonidandel como produto final do Trabalho de Conclusão do Curso de Especialização em Citologia Clínica da Universidade Federal de Ouro Preto.