



# Outubro Rosa

## Prevenção ao Câncer de Mama

**O Outubro Rosa é um movimento internacional, seu símbolo é um laço cor de rosa em alusão à luta das mulheres contra o câncer de mama. Se diagnosticado e tratado precocemente, o prognóstico é muito bom e a chance de cura é bem mais alta que se descoberto tardiamente.**

O câncer de mama é o segundo tipo de câncer mais frequente no mundo, porém o mais frequente na mulher. E dentre os novos casos de doenças malignas que surgem a cada ano, mais de 20% são deste tipo. No Brasil as taxas de mortalidade ainda são muito elevadas e isto se deve, muito provavelmente, ao diagnóstico tardio em estágios avançados da doença. É um câncer raro antes dos 35 anos de idade, mas acima desta faixa etária sua incidência cresce rapidamente.

Seus principais sinais e sintomas são: tumoração não dolorosa, de limites irregulares, descarga papilar sanguinolenta, edema na pele da mama, com aspecto de "casca de laranja", retração da papila mamária, prurido da papila mamária, erosão da papila e linfonodos axilares aumentados de tamanho. Importante salientar que a identificação de massa palpável nas mamas, na grande maioria das vezes, não é câncer, também a identificação destes sintomas citados não implica no diagnóstico de neoplasia mamária. Quanto à dor mamária, ela está associada ao câncer de mama em apenas 1 a 2% dos casos.

O autoexame das mamas é um método importante para autoconhecimento do corpo. Para o diagnóstico das lesões palpáveis de mama, a ultrassonografia é o método de escolha para avaliação inicial em mulheres com menos de 35 anos. Em mulheres com mais de 35 anos, o método indicado é a mamografia, sempre complementada com ultrassonografia.

A obesidade e o tabagismo podem estar presentes na gênese de um câncer de mama e justificam estratégias específicas de prevenção. Do ponto de vista estético, a incidência de uma câncer de mama pode trazer prejuízos à auto-estima e subjetividade feminina.

Portanto, todos devemos nos conscientizar da importância da prevenção e detecção precoce desta doença.

**Faça seu exame nas mamas neste mês rosa! Viva o Outubro Rosa!**

**Solange Rita B. dos Santos é Ginecologista, Médica do Trabalho e compõe a equipe da Seção de Saúde e Assistência ao Servidor da PROGESP.**